

Timo Michelsson

Liminaaltilasta pysyviin muutoksiin

Teatteri-ilmaisun ohjaajan opintojen soveltamisia
kouluttajan työssä

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Teatteri-ilmaisun ohjaaja

Esittävä taide

Opinnäytetyö

19.12.2014

Tekijä Otsikko	Timo Michelsson Liminaalitalasta pysyviin muutoksiin. Teatteri-ilmaisun ohjaajan opintojen soveltamisia kouluttajan työssä
Sivumäärä Aika	41 sivua + 1 liite 19.12.2014
Tutkinto	Teatteri-ilmaisun ohjaaja
Koulutusohjelma	Esittävä taide
Suuntautumisvaihtoehto	Teatteritoiminnan suuntautumisvaihtoehto
Ohjaaja	FM Marja Silde
<p>Tämä opinnäytetyö tutkii teatteri-ilmaisun ohjaajan opintojen soveltamista kouluttajan työtehtävissä. Tarkastelu on kohdennettu käsittämään pitkäaikaistyöttömille tarkoitettuja Elämäsi kuntoon -valmennuksia. Opintojen soveltamisesta on rajattu aihealueiksi prosessidraama, rituaalit ja liminaalitala, aristoteelinen dramaturgia työhaussa sekä näyttelijäntyö hahmometodia hyödyntäen. Opinnäytetyö painottuu tutkimaan tekijän näkökulmasta oman ohjaajuuden kehittymistä ja muuttumista näiden sovellusten myötä.</p> <p>Työn alussa käydään läpi tekijän omia lähtökohtia ryhmänohjaajana sekä draamamenetelmien soveltajana. Seuraavaksi tutkitaan tekijän toteuttamia opinnoista soveltamia harjoituksia sekä prosesseja valmennuskursseilla ja näiden vaikutuksia ennen kaikkea ohjaajuuteen. Lopuksi tehdään yhteenvetoa sovellusten aikaansaamista muutoksista.</p> <p>Menetelmänä käytetään tekemisperusteista tutkimusta, jossa tekijä arvioi tuloksia reflektoiden omaa työskentelyään. Tutkielmassa tarkastellaan ohjaajuuden näkökulmasta, minkälaisia mahdollisuuksia teatteri-ilmaisun ohjaajan opinnoilla on tuoda arkeen luovuutta ja erilaisia tapoja käsitellä asioita. Opinnäytetyö päättyy pohtimaan, minkälaisia pysyviä muutoksia kyseiset draamamenetelmät ovat tuoneet tekijälle ohjaajana sekä ohjattaville.</p>	
Avainsanat	sosiodynaaminen, konstruktivistinen, prosessidraama, aristoteelinen dramaturgia, rituaalit, liminaalitala, hahmometodi

Author Title	Timo Michelsson From Liminality to Permanent Changes. (Applications of drama instructor studies in the profession of an instructor.)
Number of Pages Date	41 pages + 1 appendice 19 December 2014
Degree	Bachelor of Arts
Degree Programme	Performing Arts
Specialisation option	Drama Instructor
Instructor	Marja Silde, Master of Arts
<p>This thesis explores the applications of studies in performing arts to the profession of a drama instructor. The study focuses on process drama, rituals, liminality, Aristotelian drama structure when applying for a job and the actor's profession with Gestalt therapy. This work is emphasized to study the development and changes mainly due to the writer's own profession.</p> <p>The fundamentals of the author's ways to work as a tutor and a drama method operator are illustrated in the beginning of this thesis. Next, applied theatre practices are studied, which the writer has created and the consequences these have been made to the author as an instructor. As a conclusion there is a summary of the changes these applications have brought to the writer as a professional educator.</p> <p>The method of research in this thesis is an experimental study where the writer evaluates findings by reflecting his own work. This thesis comes to a conclusion that drama methods are useful instruments in bringing creativity and alternative ways for different people to handle various themes.</p>	
Keywords	process drama, rituals, liminality, Aristotelian drama structure, actor's profession, Gestalt therapy, applied drama

Sisällys

1	Johdanto	1
2	Zen ja ryhmänohjaamisen taito	2
3	Keho ja mieli	6
4	Prosessidraama	9
4.1	Miksi prosessidraamaa?	10
4.2	Draama alkaa ja prosessi on päällä	11
4.3	Itaca de Mar -prosessidraama	12
4.4	Miksi prosessoidaan draamaa?	14
4.5	In action	15
4.6	Palautetta	17
5	Elämäsi kuntoon -rituaalit	18
6	Aristoteles työnhaussa	20
5.1	Rohkeasti aloitettu on puoliksi voitettu	21
5.2	Miksi Aristoteles hakee työpaikkaa?	22
5.3	Miten se tapahtuu?	23
5.4	Sankarin myyttinen matka	25
5.5	Prosessin arviointia	27
7	Näyttelijäntyö ja hahmometodi	28
7.1	Näkymätön näyttelijä	29
7.2	Matka ja päämäärä	30
7.3	Opettamisesta	31
7.4	Harjoittelemisesta	31
7.5	Näyttelijäntyön kurssit ja Hahmoterapia	32
8	Johtopäätelmiä	34
8.1	Prosessidraaman tuomat muutokset	35
8.2	Rituaalien tuomat muutokset	36
8.3	Aristoteelisen dramaturgian tuomat muutokset	36
8.4	Näyttelijäntyön ja hahmometodin tuomat muutokset	37
8.5	Ainoa pysyvä on muutos	37
	Lähteet	39
	Liitteet Teatterimanifesti	

Prologi

On kaksi tietä läpi elämän: Luonnon tie ja armon tie. Meidän on valittava kumpaa seuraamme. Armo ei tavoittele omaa etuaan. Se kestää halveksunnan ja laiminlyönnin. Se kestää loukkaukset ja vauriot.

Luonto tavoittelee vain omaa etuaan ja vaatii sitä muilta. Se määräilee. Sen on saatava tahtonsa läpi. Se löytää syitä olla onneton, kun maailma loistaa sen ympärillä ja rakkaus hymyilee kaiken läpi. (The Tree of Life 2011, USA.)

1 Johdanto

Tämä opinnäytetyö tutkii teatteri-ilmaisun ohjaajan opintojen soveltamista, käyttämistä ja hyödyntämistä kouluttajan työtehtävissä. Kouluttajan työtehtävä tarkoittaa tässä yhteydessä pääsääntöisesti omaa työtäni Katja Noponen Oy:llä työvoimakoulutusten ohjaajana. Näistä koulutuksista tarkastelu on rajattu Elämäsi kuntoon -valmennuksiin, jotka ovat pitkäaikaistyöttömille tarkoitettuja liikuntapainotteisia kolmen kuukauden valmennusjaksoja.

Oma perustavoitteeni on kehittyä jatkuvasti ohjaajana ja löytää uusia työvälineitä tähän prosessiin. Tämä opinnäytetyö painottuu tutkimaan teatteri-ilmaisun ohjaajan opintojen myötä oman ammattitaitoni kehittymistä ja muutoksia työskentelyssäni, toimintamalleissani sekä ajatuksissani kouluttajan työtehtävään liittyen. Konkreettisena pohjana tarkastelulle toimivat työtehtävissäni toteuttamani harjoitteet sekä teatteri-ilmaisun ohjaajan koulutusohjelman opetuksen soveltaminen ja prosessoiminen omissa työtehtävissäni. Prosessoimisella tarkoitan esimerkiksi dramaturgisen ajatusmallin tuomista jokapäiväiseen arkielämään ajallisesti rajattujen projektien sijaan. Menetelmänä käytetään tekemisperusteista tutkimusta, jossa tuloksia arvioidaan refleктоimalla omaa työskentelyä, kehittymistä sekä muutoksia omassa toiminnassa ja näkemyksissä fokuoitu-
na oman ohjaajuuden tarkasteluun.

Latinan kielessä *reflecto*, *re+fecto* tarkoittaa "taivuttaa taaksepäin", "kääntää", "heijastaa". Se on sellaista mielen toimintaa, jossa mieli kääntyy tavalla tai toisella omaan sisimpäänsä. Henkilökohtaisessa prosessissa kyse on subjektiivisesta itsereflektiosta – itseymmärryksestä – koska siinä tekijä tarkastelee omaa työskentelyään, ajatuksiaan, mielikuviaan (Anttila 2005, 77.)

Pirkko Anttila toteaa teoksessaan *Ilmaisu, teos, tekeminen ja tutkiva toiminta* (2005), että kun pysäyttyäytään kokemuksellisen luovan tuottamisen maailmassa, siihen sovel-

tuvien menetelmien tulee löytyä läheltä käytännön tasoa. Luovan työn tekijän intressissä on tilanteen muuttaminen joksikin paremmaksi (Anttila 2005, 424). Oma lähtökohtani on ollut kyseisen mallin mukaisesti osittain subjektiivinen ja olen lähtenyt hakemaan vahvistusta toiminnan eli draamamenetelmien soveltuvuudelle.

Käytännön työn prosessiin liittyvä tutkimus ei ole lähtökohdiltaan lainkaan samanlainen kuin traditionaalinen tutkimus. Luovan prosessin valmistelussa aloitetaan pätevän toimintamallin valinnalla, joka suuntaa tekemistä sen aloitusvaiheessa. Metodologisia välineitä valittaessa tekemisperusteisessa luovan prosessin tutkimuksessa on oikeus lainata ja muokata, soveltaa ja kehittää muiden tutkimusten, taiteen ja tuotannon alojen menetelmiä (Anttila 2005, 425–426.)

Lähtökohtani on ollut soveltaa ja hyödyntää periaatteessa kaikkea teatteri-ilmaisun ohjaajan opintojen kuluessa oppimaani kouluttajan työtehtävissä. Tähän opinnäytetyöhön on rajattu tarkasteltaviksi sovellusalueiksi prosessidraaman liittäminen ja rituaalien näkyväksi tekeminen valmennuskursseilla, aristoteelisen dramaturgian käyttö työhaakemusten laatimisessa sekä näyttelijäntyön harjoitteiden ja hahmomenetelmän hyödyntäminen omassa työskentelyssäni. Lähdemateriaalina toimivat opiskeluaikaiset muistiinpanot ja kursseilla jaettu materiaali, kirjalliset tehtävät sekä teatteri- ja draama-alan kirjallisuus ja muu kirjallisuus.

Opinnäytetyön toinen luku keskittyy itseni paikantamiseen ryhmänohjaajana. Oman ohjaajuuteni taustoittamisen jaan toiminnalliseen ja filosofiseen. Kolmas luku tarkastelee kehon ja mielen vuorovaikutusta valmennuskursseilla. Neljäs luku tutkii prosessidraaman tuomia mahdollisuuksia ja uudistuksia valmennuskursseille. Viides luku käsittelee aristoteelisen dramaturgian soveltamista työnhaun asiakirjojen laatimiseen. Kuudennessa luvussa tutkitaan rituaalien ja liminaalitila-ajatuksen tuomia muutoksia valmennuskursseihin. Seitsemännessä luvussa pohditaan näyttelijäntyön harjoitusten ja hahmometodin kautta syntyneiden yhteyksien vaikutusta ennen kaikkea omaan toimintaani valmennuskursseilla. Kahdeksannessa luvussa tehdään yhteenvetoa soveltamisen onnistumisesta ohjaajuuden näkökulmasta.

2 Zen ja ryhmänohjaamisen taito

Olen toiminut kouluttajana ja ryhmänohjaajana noin 18 vuotta. Tällä hetkellä toimin uravalmentajana Katja Noponen Oy:llä, jossa olen työskennellyt vuodesta 2007 lähtien.

Katja Noponen Oy on valtakunnallinen valmennus- ja kuntoutusalan yritys, jonka palveluksessa on yli 50 alan asiantuntijaa noin 30 paikkakunnalla. Työhönkuntoutumiseen, työhönpaluuseen ja työllistämiseen liittyvät toimenpiteet ovat yrityksen ydinosaa. Samasta organisaatiosta saavat palvelua sekä työnhakijat että työnantajat. Palveluiden tilaajina ovat mm. vakuutusyhtiöt, suurtyönantajat, työeläkevakuutusyhtiöt, sekä julkishallinnon organisaatiot (Katja Noponen Oy 2014.)

Olen toiminut näinä vuosina pääosin työvoimakoulutusryhmien kouluttajana ja ohjaajana. Kyseiset ryhmät tulevat Katja Noponen Oy:lle työvoimahallinnon, TE-toimistojen sekä työvoiman palvelukeskusten kautta. Ryhmänohjaajan kokemusta itselleni on kertynyt jo ennen tätä työtehtävää vuodesta 1995 lähtien. Tuolloin toimin muun muassa Nuorisosiainkeskuksen taideohjaajana sekä Teatteri Eevasusi ry:n taide- ja mediapajaohjaajana ja kouluttajana. Näissä työtehtävissä draamamenetelmät, improvisaatio ja vuorovaikutteinen teatteri olivat merkittävässä asemassa. Teatteri Eevasusi ry:llä toteutettiin yhdistyksen omaa palkittua Kolme C -menetelmää. Tämä perustui siihen, että kulttuuri (*culture*), vuorovaikutus (*communication*) ja luovuus (*creativity*) yhdistettiin tekemisen keinoin jokapäiväiseen arkeen. Vuorovaikutteinen teatteri, tietotekniikkataidot sekä lehtityö olivat niitä käytännön keinoja, joilla taide- ja mediapajoilla toteutettiin todellisia projekteja ulkopuolisille tahoille, kuten esimerkiksi päiväkodeille, kouluille sekä vanhainkodeille.

Lähivuosina olen toiminut suurimmaksi osaksi Elämäsi kuntoon -valmennusten kouluttajana. Elämäsi kuntoon -valmennus on Espoon työvoiman palvelukeskuksen pitkäaikaistyöttömille tarkoitettu elämänhallinnallinen ja liikuntapainotteinen valmennus. Valmennuksen aikana kohotetaan yhdessä jokaisen osallistujan fyysistä kuntoa, tutustutaan kaupungin tarjoamiin edullisiin liikuntamahdollisuuksiin, kartoitetaan työllistymistä rajoittavia seikkoja ja laaditaan selkeän yksilöllisen jatkosuunnitelman jokaiselle.

Monella edellä mainitun valmennuksen asiakkaalla on takanaan jo varsin pitkä työttömyysaika ja sen mukana tulleet totut rutiinit. Kokemukseeni pohjautuvan näkemyksen mukaan on usein sopeuduttu yhteiskunnan passiivisen jäsenen rooliin ja omaksuttu tietynlainen ”kuka ei kuulu joukkoon” -ajatusmalli. Taustalla on usein päihde- ja mielen-terveysongelmia. Monelle työpaikan hakeminen ja säännölliseen elämään palaaminen koetaan ulkoisena velvoitteena. Olen havainnut valmennuksiin osallistujien ajatuksissa syvälle juurtunutta mallia kouluajoilta, jolloin asioita tehdään, kun opettaja käskää. Muutoin niitä pyritään välttelemään. Tämä ilmenee esimerkiksi valmennuksen alkuvai-

heessa, kun opiskelijat ilmoittavat tavoitteikseen sellaista, mitä he ajattelevat toisten heiltä odottavan. Opiskelija on termi, jota käytetään Työvoimahallinnon mukaan valmennukseen osallistujista. Omaan näkemykseni mukaan tietynlainen omistajuus omaan elämään puuttuu tai on ainakin kadoksissa.

Tavoitteeni ja päämääräni ohjaajana kiteytyvät seuraavassa Robert Pirsigin kuvauksessa *Zen ja moottoripyörän kunnossapito* -teoksesta vuodelta 1974:

Niin ollen Odysseian sankari on suuri taistelija, ovela juonittelija, sukkela suustaan, rohkeasydäminen ja viisas mies, joka tietää, että hänen täytyy ilman suurempia valituksia kestää, mitä jumalat lähettävät ja hän osaa sekä rakentaa veneen, että purjehtia sillä, kyntää yhtä suoran vaon kuin kuka tahansa, päihittää nuoren kerskurin kiekonheitossa, haastaa faiaakkinuorukaisen nyrkkeilyssä, painissa tai juoksussa, nylkeä, paloitella ja keittää härän ja liikuttua kyyneliin laulusta.

Hän on itse asiassa erinomainen monitoimimies, hänellä on verraton arete. Arete merkitsee kunnioitusta elämän kokonaisuutta tai ykseyttä kohtaan ja niin ollen vastenmielisyyttä erikoistumista kohtaan. Se merkitsee halveksuntaa pätevyyttä kohtaan – tai pikemminkin paljon korkeampaa käsitystä pätevyydestä. Pätevyyttä, jota ei ole olemassa vain yhdellä elämänalueella, vaan itse elämässä. (Pirsig 1974, 411.)

Zen ja moottoripyörän kunnossapito on matkakertomuksen muotoon kirjoitettu teos ennen kaikkea pyrkimyksestä määritellä, mitä laatu on ja mistä se muodostuu. Kyseinen kuvaus erinomaisesta monitoimimiehestä toimii itselleni johtoajatuksena sekä jonkinlaisena ammattilaisen ja ihmisen ihannetilana. Monitoimimies ottaa tyynesti vastaan kaiken, on fyysisten ja psyykkisten taitojen mestari, hallitsee viestinnän, on rohkea ja kuitenkin tunteellinen, toisin sanoen kaikin puolin pätevä itse elämässä. Näen oman ohjaajuuteni myös matkana etsiä keinoja kohti parempaa laatua. Ohjaajalla tässä yhteydessä tarkoitan pääsääntöisesti ryhmänohjaajaa. Toisaalta näen minkä tahansa produktion ohjaajan ryhmänohjaajana, kun osallistujia on enemmän kuin yksi.

Ohjaustilanteisiini kuuluu paljon vertauskuvien, lainausten ja sitaattien käyttämistä sekä tarinoiden kertomista. Pyrin toimimaan *The Tree of life* -elokuvan (2011) armon tien mukaisesti. En vaadi mitään, vaan pyrin olemaan avuksi parhaalla mahdollisella tavallani. Hyväksyn jokaisen keskeneräisyyden, kuten hyväksyn myös oman keskeneräisyyteni. Uskon, että ihmisillä on aina toimintaansa jokin syy. Mikäli tämä toiminta ei ole toivottua, ohjaaja on auttamassa tilanteesta irti pääsemisessä. Ryhmänohjaajana olen pyrkinyt jatkuvaan reflektointiin sekä toimintani että käyttämiäni menetelmien suhteen, jotta voin niitä kehittää. Suhtaudun ohjaamiseen kuten Tom

Waits pianon soittamiseen: ”En istu pianon ääreen soittaakseni sitä, vaan löytääkseni jotain uutta... mitä tahansa” (Uusitorppa 2004). Toimintatapani käytännön tasolla on jatkuva tiedon ja taitojen hakeminen, erilaisten asioiden yhdisteleminen ja näiden kautta uusien oivallusten löytäminen. Tai pikemminkin pyrkimykseni on oivaltaa yhdessä ohjattavieni kanssa.

Työskentelyni pohjalla ikään kuin filosofisella tasolla vaikuttaa voimakkaasti humanistinen ihmiskäsitys. Humanistisen ihmiskäsityksen mukaisesti toimivalle ohjaajalle on näkemykseni mukaan ihminen aina pääosassa riippumatta produktion luonteesta. Tämä virtuaali-AMK:n Internet-sivuilta poimittu kuvaus kiteyttää mielestäni hyvin omankin näkemykseni ja suhtautumistapani ihmisiin ohjaajana:

Humanistisen ihmiskäsityksen omaavat uskovat ihmisen tahtoon, hyvyyteen, luovuuteen sekä kykyyn kasvuun ja kehittymiseen. Humanistinen ihmiskäsitys ymmärtää ihmisen vapaana, itseohjautuvana ja tavoitteellisesti toimivana ihmisenä, joka luottaa itse omiin kehitysmahdollisuuksiinsa. Kehittyäkseen ihminen tarvitsee osakseen myönteistä huomiota ja rakkautta. Tämä ihmisenäkemys korostaa myös ihmisen vastuullisuuden, yksilöllisyyden ja ainutkertaisuuden. Vapaus sisältää myös aina vastuun; humanistinen psykologia korostaa vastuuta itsestä ja valinnoista. Humanistinen psykologia painottaa enemmän myös kokemusten ja tietoisuuden kuvaamista ja ymmärtämistä kuin selittämistä. (Virtuaali-AMK-verkosto 2014.)

Juuri tämä kokemusten ja tietoisuuden kuvaaminen sekä ymmärtäminen selittämisen sijaan ohjaavat omaa toimintaani. Tästä johtuen luotan muun muassa draamamenetelmien tehoon. Käsityksistäni draaman ja teatterin vaikutuksesta ihmisen kasvuun kuvaa lyhyesti ja oman näkemykseni mukaan osuvasti opintojemme aikana toukokuussa 2011 kirjoittamani teatterimanifesti (liite1).

Ohjaajuuteni taustalla vaikuttavat lisäksi muun muassa R. Vance Peavyn sosiodynaaminen ohjaus sekä Milton Ericsonin ratkaisukeskeisyyteen pohjautuva ajatusmalli. R. Vance Peavy (1929–2002) oli sosiodynaamisen ohjauksen kehittäjä. Hän toimi Victorian yliopiston professorina sekä itsenäisenä tutkijana ja ammatinharjoittajana. Peavy on kirjoittanut yhdeksän ohjaukseen liittyvää kirjaa ja lukuisia artikkeleita.

”Sosio” sosiodynaamisessa tulee latinan sanasta *socius* ja viittaa siihen näkemykseen, että ihmisen jokapäiväinen olemassaolo on luonteeltaan sosiaalista. ”Dynaaminen” tulee kreikasta: *Dynamikos* viittaa jatkuvaan virtaukseen tai muutokseen. (Peavy 2004, 17.) Peavyä (2004) mukaillen sosiodynaamisessa ohjauksessa ihmiset nähdään koko-

naisvaltaisesti eikä vain esimerkiksi asiakkaana tai tapauksena. Ohjausprosessi ja sen tulokset syntyvät yhteistyöstä eikä auttajan ja autettavan autoritäärisestä asemasta.

Kaikessa ohjaajan ja kouluttajan työssäni perustavoitettani voisi kuvata jonkinlaisen pysyvän muutoksen tavoittelemiseksi. Muutos alkaa tietynlaisesta minäkuvan uudesta tarkastelusta. Sosiodynaamisessa ohjauksessa ihmiset ovat objektien sijaan toimijoita, jotka toimivat sosiaalisissa konteksteissa. Kontekstiin sidottu merkitys antaa toiminnalle voiman ja suunnan. (Peavy 2004, 20.) Pitkäaikaistyöttömällä tämä objektin, uhrin ja ulkopuolisen tunne on kokemukseni mukaan korostunut.

Milton Ericson (1901–1980) oli yhdysvaltalainen lääkäri ja psykiatri. Hän oli lyhytterapi-an ja ratkaisukeskeisen psykoterapian edelläkävijä ja kehittäjä. Myös Katja Noponen Oy:llä toiminnan lähtökohtana on ratkaisukeskeisyys. Historiaa ei unohdeta, mutta tavoitteena on löytää ratkaisuja eteenpäin katsoen mieluummin kuin menneisyyttä tutki-en.

3 Keho ja mieli

Teatterin ilmaisun ohjaajan opintoihin liittyneen Idalotta Backmanin Keho ja mieli -kurssin jälkeen syksyllä 2010 pohdin Elämäsi kuntoon -valmennusta uudesta kehon ja mielen vuorovaikutteisesta näkökulmasta. Terveysliikunta on valmennuksissa suuressa osassa. Omana pyrkimyksenäni on liikkua ja harjoittaa liikuntaa ryhmän kanssa valmennuksen aikana jossain muodossa päivittäin. Liikunnasta tulee tätä kautta arkirutiinia, jonka olisi tarkoitus jättää kipinä kytämään myös valmennuksen jälkeen. Keho ja sen käyttäminen nousevat merkittävään osaan. Suuri osa valmennettavista ei ole juuri-kaan harjoittanut minkäänlaista liikuntaa vuosiin. Nyt valmennettaville alkaa uudenlai-nen dialogi, keskustelu oman kehon kanssa. Elämäsi kuntoon -valmennuksessa kehon ja mielen vuorovaikutus on konkreettisesti läsnä joka hetki.

Työnimikkeeni on kouluttaja mutta käytännössä olen mielestäni vahvasti ryhmänohjaa-ja. Teatteri-ilmaisun ohjaaja ja psykoterapeutti Laura Mannilaa mukaillen ohjaajalla on aina valta ja vastuu. Riippumatta toimintatavoistaan ohjaaja on auktoriteettihahmo, joka lopulta joka tapauksessa tekee päätökset (Mannila 2009, 49–50.) Oma pyrkimykseni ohjaajana on tehdä itsestäni tavallaan näkymätön. Kuten Yoshi Oidan (2004) mukaan näyttelijän tehtävä on herättää näyttämö eloon, oma tehtäväni on herättää ryhmä ja

sen jäsenet eloon esittelemättä omia taitojani. Shunryu Suzukia mukaillen tavoitteemme on toimia valkokankaan tavoin. Ihmiset haltioituvat siitä, mitä näkevät kankaalla, mutta kukaan ei kiinnitä huomiota itse kankaaseen. Ilman kangasta ei elokuvaa kuitenkaan voi nähdä. (Suzuki 2003, 50.) Niin sanottu lopputulos on silloin hyvä, kun yksilöt ja ryhmä ovat löytäneet voiman itsestään eivätkä ohjaajastaan. Käytän termiä niin sanottu lopputulos, koska omasta mielestäni koko valmennuksen aika on vasta prosessin käynnistämistä. Valmennuksen loppu on uusi alkua omassa elämässä.

"Koulutuksessa ei hänen mukaansa ollut kyse ammattitaidon kehittämisestä vaan taiteelliseen elämäntapaan kypsymisestä. "... sellaista kuin ammattitaito ei enää ole. Ammattitaito ei voi olla kahdessa eri produktiossa sama, vaan jossakin produktiossa ohjaaja edellyttää näyttelijältä ihan eri ammattitaitoa kuin joku toinen jossain muussa produktiossa. Sen vuoksi on olennaista saada aikaan luova elämäntapa. Se on kykyä hankkia itselleen kuhunkin esitykseen tarvittavat edellytykset. Tätä voidaan kouluttaa. Neljässä vuodessa voi opetella sellaisen elämäntavan, millä ihminen kunakin aikana voi kehittää itseään ja pysyä kiinni siinä mitä teatteri parhaimmillaan olisi. (Kanttonen 2001.)

Tämä kuvaus Jouko Turkan luovan elämäntavan kouluttamisesta kuvaa osuvasti sitä, mihin omassa ohjauksessanikin pyrin. Kaiken taustalla on valmentautuminen elämään, jossa jokainen kykenee kehittämään itseään kohti luovaa elämäntapaa ja pysymään kiinni yhteiskunnan aktiivisena jäsenenä. Valmennuksen aikana tavoitteena on opetella elämäntapa, jota olen nimittänyt *arkiluovaksi*. Arkiluovalla ihmisellä on kiinteitä suhteita elämän erilaisiin asioihin, kuten esimerkiksi kulttuuriin, liikuntaan sekä harrastuksiin ja hänellä on aito kiinnostus elämän moninaisuuteen. Tällaisella ihmisellä on näkemykseni mukaan edellytykset pysyä vahvana ja eheänä työttömyyden tai jonkin muunkin vastoinkäymisen kohdatessa. Arkiluova ihminen löytää aina keinon jatkaa eteenpäin. Arkiluova ihminen on sisäistänyt "näillä mennään" -filosofian. Hän on valmistautunut ottamaan vastaan, mitä tulee eikä ole suunnitellut, kuinka asioiden pitäisi mennä.

Tutkija Hannu Tuisku kirjoittaa, kuinka Turkalla oli kokonaisvaltainen näkemys näyttelijän ammatista ja kuinka Turka pyrki kehittämään luovaan elämäntapaan perustuvan näyttelijän ammattitaidon. (Tuisku 2011, 100). Tuiskun mukaan näyttelijänsä koulutus perustui luovan tilan opettamiseen, ei yksittäisten taitojen omaksumiseen. Tähän pyrin itsekin valmentamaan ihmisiä. Valmennuksen tavoitteena ei ole yksittäisten tietojen ja taitojen jakaminen ohjaajan taholta. Konstruktivistisesta lähtökohdasta toimivan ohjaajan kanssa tutkitaan ja ihmetellään yhdessä asioita. Kokemukseni mukaan draamamenetelmät tarjoavat tähän yhden käyttökelpoisen menetelmän.

Olennaista on lisäksi siirtyminen tietystä tilasta toiseen. Valmennuksen aikana tapahtuu tietynlainen kulttuurisiirtyminen passiivisesta syrjäytymisen sumusta kirkkauteen ja selkeyteen. Yksittäisiä asioita voidaan opettaa valmennuksen aikana, mutta ne jäävät lopulta merkityksettömiksi pysyvän muutoksen tiellä. Tarvitaan elämäntavan muutos, johon valmiina olemisen valmentaminen tähtää. Tämä vaatii näkemykseni mukaan ohjaajalta laaja-alaista osaamista. Olen käyttänyt sulkapalloa peliä vertauskuvana ohjaajan työstä. Varsin vähäisilläkin taidoilla on mahdollista saada aikaan jouhevasti etenevää peliä. Tätä peliä ei voida kuitenkaan verrata ammattilaisten peliin. Vaikka kesämökkipelaajien ja ammattilaisten suorittamia toimintoja voidaan ulkoisesti nimittää samaksi, sisällöltään ne eivät vastaa toisiaan lainkaan.

Turvallisuus on luovuuden edellytys Mannilan (2009, 82) mukaan. Turvallisessa ilmapiirissä omat valmennettavani uskaltavat olla omana itsenään. Ihmiset ovat kertoneet tunteneensa itsensä pitkästä ajasta, joskus jopa ensimmäistä kertaa, arvokkaiksi. Valmennuksen aikana heille on tullut tunne, että heitä arvostetaan ihmisinä riippumatta muista tekijöistä. Tällöin he myös kykenevät valmistautumaan tulevaisuuteen realistisesti omista lähtökohdistaan. Tavoitteet eivät ole auktoriteetin sanelemia tai johdu ajatuksesta, että näin minun oletetaan tekevän. Ei tarvitse tukeutua turvattomuusmanee-reihin, eikä ulkokohtaisuus ole omien tavoitteiden eteen työskentelemisen esteenä. Oivalsin, että liikuntapainotteisella kurssilla toimitaan tavallaan Jerzy Grotowskin (1989) näkemyksen mukaan: näyttelijää ei opeteta, vaan ”pyrimme henkisen prosessin aikana ilmenevien, näyttelijän elimistön mahdollisesti aiheuttamien esteiden poistamiseen” (Grotowski 1989, 9). Kehon ja mielen -kurssin myötä olen tullut siihen johtopäätökseen, että ryhmän jäsenissä havaitsemani muutos on alkanut itse asiassa kehon liikkumisesta. Yhteenveto tästä oppimastani voisi kiteytyä lauseeseen, ”kun kehoa liikuttaa, liikuttuu koko mieli”.

Monet valmennukseen osallistuneet ovat eläneet pitkään omissa oloissaan. Liittyminen ja kuuluminen uuteen ryhmään ovat isoja askelia. Yhtäkkiä onkin ikään kuin jatkuvasti katsottavana. Tällainen tilanne tuo pintaan tiedostamattomia asioita sekä piilossa olevia tunteita. Pelottavassa tilanteessa ihminen suojautuu. Vaikka tämä ei tapahtuisikaan tietoisesti, saattaa keho reagoida tällaisessa tilanteessa tavallaan tahdonvastaisesti. (Mannila 2009, 28.) Oman tulkintani mukaan yhdistäisin tähän myös esimerkiksi sen, kun ryhmän jäsenet alkavat sairastella muutaman viikon kuluttua aloitusajankohdasta. Kehon reagoi tahdonvastaisesti.

Jatkuvasti katsottavana on luonnollisesti ryhmän ohjaaja. Oidan (2004) mukaan näyttelijä on kuin nukke, jota mielen langat kannattelevat. Jos yleisö näkee langat, esitys ei ole mielenkiintoinen. On tärkeää keskittyä joka hetki ja pitää langat kireällä. Mutta yleisö ei saa nähdä keskittymistä. (Oida 2004) Ohjaajan täytyy pitää nämä langat kireällä myös jokapäiväisessä arjessaan. On pidettävä jatkuvasti yllä syvää valppautta. Kun ohjaaja on tietoinen omista kehonsa tuntemuksista ja aistimuksista, hän osaa käsitellä erilaisia itseensä kohdistettuja projisointeja. Ryhmän jäsenen energia ei kulu asioiden peittämiseen eikä estämiseen ja tämä saa tilaa kasvaa ihmisenä.

Olennaisinta on se, että olet tietoinen kehostasi ja pysyt oikeassa asennossa. On oltava juuri täällä juuri nyt. Sinun tulee hallita kehosi ja mielesi. Kaiken on oltava oikealla paikallaan oikealla tavalla. Silloin ei ole ongelmia. Kun kehomme ja mieleemme ovat järjestyksessä, kaikki muukin on oikealla paikallaan oikealla tavalla (Suzuki 1995, 25.)

Kehotietoisuus, ihmisen kosketus omiin tunteisiinsa ja tarpeisiinsa, muodostaa perustan kaikelle ilmaisulle. Menettämällä nämä menetämme kapasiteettimme tuntea ja kunnioittaa elämää. (Mannila 2009, 84.)

4 Prosessidraama

Mitä tässä on kirjoittamista? Mitään ei tapahdu! Aina jotain tapahtuu, kapteeni sanoi. Kun sinä sanot, että mitään ei tapahdu, sinä sanot vain, ettei tapahdu mitään, mikä olisi jotain sinun vanhan käsityksesi mukaan. Jotain tapahtuu juuri nyt, mutta sinusta se on mitätöntä, koska et ole nähnyt siitä kertovaa elokuvaa. Mutta, jos näkisit perätysten kolme elokuvaa, joissa ihmiset purjehtivat Hudson -joella ja ehkä Washington Irwingiä ja Hudson -joen historiaa käsittelevän tv-dokumentin ja sitten lähtisit tälle matkalle, sinä sanoisit: Voi veljet! Tämä vasta on jotain!” Koska se, mitä näkisit ,vastaisi jotain henkistä kuvaa, joka sinulla jo oli mielessäsi. (Pirsig 1991, 143-144.)

Prosessidraaman käsitettä käytetään kuvaamaan genreä, johon ei kuulu esittäminen yleisölle vaan esittäminen ryhmän muille jäsenille. Prosessidraamassa osallistujat luovat yhdessä opettajan kanssa kokonaisuuden, joka tekee siitä merkityksellisen heille itselleen. Kysymys on koko ryhmän yhdessä luomasta improvisaatioon perustuvasta prosessista, jossa roolihahmon suhtautumistapa asioihin on tärkeämpi kuin roolihahmo. Tarinan juoni ja jännitteet kehittyvät työskentelyn aikana tekojen ja niihin reagoinnin sekä vuorovaikutuksen kautta. (Bowell & Heap 2001, 16.) Prosessidraama tarjoaa näkemykseni ja kokemukseni mukaan välineitä tarkastella maailmaa nimenomaan uu-

sista näkökulmista, jotka eivät vastaa sitä henkistä kuvaa, joka on mielessä entuudestaan, kuten Robert Pirsig (1991) ilmaisee edellä käytetyssä lainauksessa.

Prosessidraamassa reagoidaan eri näkökulmista syntyviin draamallisiin tilanteisiin ja aiheisiin. Osallistujat astuvat rooleihin, joita tarvitaan draaman teeman ja aiheen tutkimiseen. Opettajan tehtävä on löytää keinoja luoda yhteys roolihahmojen ja käsiteltävän aiheen välille. Draamassa esitetään vertauskuvallisesti elämää ja samalla sen tapahtumia kommentoidaan. (Bowell & Heap 2001, 16.)

4.1 Miksi prosessidraamaa?

Oman kokemukseni mukaan projektit jäävät usein kokeiluluonteisiksi ja henkilöityvät projektin vetäjään tai vetäjiin. Jos kyseiset henkilöt eivät ole jatkossa mukana, projektilla on tapana hiipua. Prosessi sen sijaan elää ja muuttuu jatkuvasti. Prosessille ei ole rajattu tiettyä aikaa eikä välttämättä selkeää päämäärää tai tavoitetta. Jotain tapahtuu kuitenkin koko ajan. Jotta tapahtuminen huomataan ja osataan hyödyntää, täytyy oleelliset tapahtumat kyetä näkemään. Tekemällä oppii, mutta jos tekemisiä ei koskaan reflektoi, ei oppiminen välttämättä ole todellista.

Elämäsi kuntoon -valmennus on näkemykseni mukaan alku suurelle prosessille. Valmennuksen myötä jätetään taakse entinen elämä, eletään tietynlaisessa välivaiheessa kolme ja puoli kuukautta, jonka jälkeen lähdetään uuteen vaiheeseen. Valmennusjakso on valintojen tekemistä. Olen huomannut, että siellä törmätään usein niiden valintojen tekemiseen, joita on aikaisemmin vältelty. Prosessidraama tarjoaa mahdollisuuksia kokea tilanteita, joissa joutuu suurten valintojen äärelle turvallisessa ympäristössä. Näillä kokemuksilla saattaa olla merkittäviä vaikutuksia valmistautumisessa todellisen elämän valintatilanteisiin.

Kuten Pentti Hakkarainen (2008) toteaa *Prosessidraama*-teoksen esipuheessaan, suomalaisen koulun toimintaan on vahvasti juurtunut usko selittämisen voimaan. Aluksi asiat selitetään yksinkertaisesti ja ymmärryksen kasvaessa monimutkaisemmin. Lineaarisen opetussuunnitelman mukaisesti aina selitetään. (Hakkarainen 2008, 6.) Kokemukseni mukaan näin toimitaan monessa työvoima- ja monissa muissakin koulutuksissa. Selitetään paljon asioita, jonka jälkeen pitäisi olla esimerkiksi hyviä työnhakijoita uusien teoriaoppien kanssa pyrkimässä työmarkkinoille.

Elämäsi kuntoon -valmennuksissa pyrin rakentamaan uutta tietoa yhdessä opiskelijoiden kanssa vanhan tietämyksen päälle. Lähtökohtani on konstruktivistinen. Konstruktivistisen oppimisenäkemyksen mukaan oppiminen on oppijan aktiivista ja sosiaalista toimintaa, jossa oppija tulkitsee havaintojaan ja uutta tietoa aikaisempien tietojensa, käsitystensä ja kokemustensa pohjalta. Tällä tavoin oppija jatkuvasti rakentaa kuvaansa maailmasta. (Tynjälä 1999.) Sama lähtökohta, joka peruskoulujemme opetuksessakin olisi pitänyt olla jo vuodesta 1994. Oman kokemukseni pohjalta yhdyn Hakkaraisen (2008, 6) näkemykseen, että koska lineaarisella opetussuunnitelmamallilla on niin voimakas ote, jää konstruktivismikin helposti vain puheeksi.

Luennoin itse muun muassa työelämän ”*cross-trainingistä*”. Olen muokannut tästä urheilusta tunnetusta sekaharjoittelutekniikasta työelämään liitettävän ajatusmallin. Lähtökohdat ovat samat. Lineaarisella harjoittelulla tulos paranee vakaasti mutta vain vähän. Opettelemalla ja harjoittelemalla uusia, täydentäviä taitoja, kehitys on epälineaarista ja johtaa merkittäviin parannuksiin. Syntyy useamman taidon yhdistelmä, vuorovaikutusefekti, jolloin parannus on olennaisesti suurempi kuin mistään harjoittelusta yksinään.

Tavoitteenani on siis opetella ryhmien kanssa kokonaisvaltaisesti uusia ja erilaisia taitoja ja kehittyä epälineaarisesti. Jotta tämä ei jää vain selittämisen kulttuuriksi ja yhdessä pohtimisen tasolle, tarvitsemme käytäntöä ja tekemistä. Prosessidraama tarjoaa näkemykseni ja kokemukseni mukaan yhden parhaista toiminnallisista tavoista tähän epälineaarisen kehittymisen sekaharjoitteluun. Prosessidraamassa toteutuu myös sosiodynaaminen näkökulma:

Sosiodynaaminen näkökulma on laaja-alainen, holistinen näkökulma, jonka pyrkimyksenä on tarkastella tietoa usealta kannalta ja tavoittaa ihmisen moninaisuuden rikkaus, täyteys ja merkitys. Se ei ole eklektistä vaan ”mutualista”, eri näkökulmien yhteyttä korostava. (Peavy 2004, 19.)

4.2 Draama alkaa ja prosessi on päällä

Prosessimaisen dramaturgisen ajatusmallin ”ujuttaminen” Elämäsi kuntoon -valmennuksessa alkaa jo heti valmennuksen alussa. Teemme tutustumisharjoituksina muun muassa tarinankerrontaharjoituksia, joissa dramaturgiset rakenteet tulevat tutuksi hiljalleen. Avaan näitä enemmän myöhemmin. Vuorovaikutustilanteet muodostuvat näkemykseni mukaan improvisaatiosta ja tarinankerronnasta. Improvisaatio on rea-

gointia toisen tekemiseen ja sanomiseen. Sanavalmius ja nopea reagointi ovat tärkeitä taitoja esimerkiksi työhaastattelussa. Vaikka sanattoman viestinnän vaikutukset ovat kiistattomat, sovimme asiat kuitenkin loppujen lopuksi aina sanoilla.

Rakennamme oman inhimillisen maailmamme – erotuksena fyysikaalisesta maailmasta eli minuutemme, suhteemme toisiin, instituutiomme ja koko yhteiskunnan niiden dialektisten suhteiden kautta, joita muodostamme toisten ja ympäröivän maailman kanssa. Teemme tämän ennen kaikkea käyttämällä kielellisiä työkaluja niiden kaikissa muodoissa. (Peavy 2004, 19.)

Näkemykseni mukaan hyvä tarinankertoja saa viestinsä perille. Hyvä tarinankertoja menestyy työnhakuprosessissa, ensin kirjallisessa, sitten suullisessa. Työhaun haastatteluprosessia harjoitteleminen muun muassa läsnäolon ja improvisaation harjoitusten kautta. Palaan näihin tarkemmin Näyttelijäntyö ja hahmometodi -luvussa.

Hieman myöhemmässä vaiheessa valmennusta tutustumme Julius Krohnin maantieteellis-historialliseen menetelmään. Helsingin yliopiston kielitieteen professori Julius Krohn (1835–88) kehitti folkloristiikan alan ensimmäisen tieteellisen metodin. Krohnin metodilla pyritään selvittämään runon, myytin, legendan tai sadun varhaisvaiheita, kulkeutumista ja muuntumista. Metodi perustuu saman runon tai tarinan eri versioiden systemaattiseen vertailuun. (Helsingin yliopisto 2014) Tutustumme myös Vladimir Proppin kansansadun funktioihin. Vladimir Propp (1895–1970) oli venäläinen strukturalisti, joka tutki kansansatujen juonirakenteita pyrkien löytämään niiden yksinkertaisimmat elementit. Hänen kirjansa *Kansansadun rakenne* julkaistiin venäjäksi vuonna 1928. Teos käännettiin englanniksi 1950-luvulla (Wikipedia 2014.) Näiden funktioiden pohjalta tutkimme pienryhmissä eri maanosien kansansatuja sekä tarinoita. Pienryhmät esittelevät tutkimuksensa koko ryhmälle ja yhdessä pyrimme löytämään näistä muun muassa yhteisiä tekijöitä. Tutkimme, kuinka globalisaatio on toiminut jo niin sanotusti aikojen alussa. Toteutamme tavallaan omaa Elämäsi kuntoon -valmennuksen yhteisöllistä folkloristiikkaa.

4.3 Itaca de Mar -prosessidraama

Toteutimme opinnoissamme syksyllä 2009 Jouni Piekkarin ja Idalotta Backmanin *Itaca de Mar* -prosessidraamakokonaisuuden. Tämä oli edellä mainittujen opettajien luoma kokonaisuus, joka oli käynnistänyt Barcelonassa tapahtuneen sosiaalityöntekijöiden seminaarin. Näin tässä välittömästi sopivia yhtäläisyyksiä Elämäsi kuntoon -

valmennukseen ja olen toteuttanut sitä muiden prosessointien lisäksi siitä lähtien kolmen vuoden aikana.

Itaca de Mar on prosessidraamakokonaisuus, joka koostuu seuraavista osista:

1. Lämmittely. Sopivia arjesta irrottavia ja tähän hetkeen fokusoivia yhteisiä lämmittelyharjoituksia.
2. Alustus ja kaupungin luominen. Ryhmä luo yhdessä kaupungin, jossa on hyvä elää ja kaikki toimii hienosti.
3. Tarinankerronta ja piirtäminen. Kaupunki tehdään näkyväksi piirtämällä isolle paperille tai johonkin niin, että se on näkyvillä.
4. Päähenkilön luominen ja tämän jokapäiväinen elämä. Joukkoimprovisaatiot.
5. Ihanneprojektit. Kaupungissa on ratkaistu ilmenneet ongelmat aina erilaisilla projekteilla. Kaupungissa on äärimmäisen rikas hyväntekijä. Ryhmä määrittelee tämänkin hahmon. Ryhmä osallistuu seminaariin, jossa esittelee projektit. Pienryhmäimprovisaatiot.
6. Päähenkilön rentoutuminen. Miten hahmo rentoutuu kovien paineiden jälkeen, ryhmä päättää yhdessä.
7. Radiouutiset, jossa kerrotaan hyväntekijän kuolleen. Valtio takavarikoi varat.
8. TV -uutiset. Pienryhmät tekevät reportaaseja, miten varat aiotaan käyttää.
9. Kriisipalaveri. Kaupunkilaiset päättävät, mitä tehdään.
10. Mielenosoitus tai vastaavaa, mitä ryhmästä lähtee. Kohdataan ministeri ja neuvonantajat. Lähestyminen ja väittely
11. Päähenkilön uni. Omantunnonkuja ja valinta.
12. Siirtyminen tosielämän kysymyksiin. Erilaisia tekniikoita
13. Päätös ja purku (Piekkari & Backman 2010.)

Tämä on toiminut pääasiallisena sukelluksena prosessidraamaan *Elämäsi kuntoon* -valmennuksilla. Koska tämä perusrunko sopii niin hyvin kyseiseen valmennukseen, olen käyttänyt sitä sellaisenaan. Kokonaisuus antaa sen verran hyvät raamit, ja opiskelijat luovat aina tarinan ja tapahtumat. Suuremmille muutoksille ei ole ollut mitään tarvetta.

4.4 Miksi prosessoidaan draamaa?

Muutamia omiani ja lainattuja ajatuksia siitä, miksi draamaa ja prosessidraamaa on hyvä hyödyntää tässä yhteydessä:

- Englantilainen filosofi ja sosiologi Herbert Spencer (1820–1903) on sanonut, että ihminen ei lopeta leikkimistä sen vuoksi, että hän vanhenee. Ihminen vanhenee, kun lopettaa leikkimisen.
- Kokonaisvaltainen oppimisprosessi vaatii aktiivista osallistumista ja heittäytymistä. Oikea ymmärtäminen vaatii tuntemista.
- Ilman vuorovaikutusta oppiminen on epätodennäköistä. Draamaprosessissa vuorovaikutus on toisenlaista ja aitoa.
- Draamaprosessissa mielikuvitus saa ihmiset toimimaan erilaisilla tavoilla, joita voi arvioida ja testata joutumatta kärsimään valintojen seurauksia. (Bowell & Heap 2008).
- Draamaharjoituksissa eletään ja koetaan henkilökohtaisesti asioita. Roolin kautta kokeileminen helpottaa todellisten tilanteiden kohtaamisia.
- Huumori ja vakavat asiat kuuluvat yhteen.
- Draamaprosessi rakentaa osallistujien eteen peilin, jonka avulla joudutaan pohtimaan kysymystä millaisia olemme ja mitä haluamme olla (Hakkarainen 2008, 7).
- Etäännyttäminen tilanteesta voi tuoda konkreettisempia ratkaisuja kuin asian äärellä pohtiminen ja selittäminen
- Jokainen ihminen on luova ja arkiluovuutta tarvitaan joka hetkessä. Draamaharjoitukset tuovat esille uutta ja yllättävääkin luovuutta.

- Elämäsi kuntoon -valmennuksessa ihmiset ovat valintojen äärellä. Draamaprosessi tarjoaa hyvän ja yhteisen foorumin pohtia valintoja, toiveita ja pelkoja. Prosessi vie näiden asioiden äärelle.

4.5 In action

Kerron opiskelijoille jo valmennuksen alkuvaiheessa, että myöhemmin jatkosuunnitelmia tehtäessä käytämme erilaisia apukeinoja, kuten edellä mainittuja, tukemaan ajatuksia. Usein monelle on jäänyt odottava asenne, että koska päästään kokeilemaan niitä draamaharjoituksia. Valmennuksen edettyä, kun valinnat ovat ajankohtaisia ja tunneilmapiiri turvallinen, menemme asiaan. Kerron ensin, mistä harjoituksesta on kyse ja mistä se on kotoisin. Painotan, että kokeilemme, onko tällaisesta apua tai iloa ja jokaisella on täysi vapaus luoda siitä omat päätelmänsä. Luomme niin sanotun draamasopimuksen. Kun ohjaaja ja ryhmä tekevät sopimuksen jonkin asian tekemisestä yhteisesti sovitulla pelisäännöllä, syntyy draamasopimus. (Owens & Barber 1997, 14).

Aloitamme lämmittelyharjoituksilla. Ajatuksinani on ensin saada aikaiseksi pysähtyminen tähän hetkeen, keskittyminen, läsnäolo, reagointi, kaikki tekevät yhdessä ja niin edelleen. Olen käyttänyt mm. peukunnappaus - sekä välissä ja kilpenä -harjoituksia. Peukunnappaus-harjoitus oli ensimmäinen harjoitus meidän opintoryhmälle aloittaessamme teatteri-ilmaisun ohjaajan opinnot 2009. Harjoituksessa seistään ringissä sisäänpäin, avataan toisen käden kämmen ja toisen käden peukalo asetetaan viereisen kämmenelle. Iskusanasta yritetään napata toisen peukalo kiinni samalla, kun oma peukalo täytyy vetää nopeasti pois. Tämä on ollut aina hauska ja tunnelmaa keventävä harjoitus. Tästä on edetty kehon liikkeelle saamiseen ja käyttämiseen sekä toisen kuuntelemiseen ilman sanoja. Tässä on toiminut esimerkiksi nenä narussa -harjoitus. Se toteutetaan pareittain niin, että toinen ottaa kiinni toisen nenässä olevasta kuvitteellisesta narusta. Tämän jälkeen liikutaan tilassa yhdessä sanattomasti narusta vetäen. Tästä eteenpäin ajatukseni on ollut saada äänenkäyttö mukaan, saada ihmiset työskentelemään pienryhmissä, jolloin jokaisen ääni tulee kuulluksi sekä saada liitetyksi harjoituksiin omaa arkea sivuavia seikkoja. On tehty esimerkiksi radiomainoksia uusista ja luovista työvoimahallinnon kursseista. Tämä on tapahtunut kolmen tai neljän hengen ryhmissä. Ensin on suunniteltu yhdessä täysin uudenlainen työvoimakoulutus. Tästä on laadittu ja harjoiteltu radiomainos ääniefekteineen. Valmiit mainokset on kuunneltu yhdessä.

Lämmittelyn jälkeen on käyty edellä kerrottu Piekkarin ja Backmanin kokonaisuus läpi. Prosessi etenee vuoroin kertojan (ohjaaja) ohjatessa tarinan kulkua ja vuoroin ryhmän improvisoidessa tapahtumia. Ryhmä luo itse ihannekaupungin, jonka ohjaaja piirtää isolle paperille seinälle. Ryhmä luo myös päähenkilön antamalla tälle ammatin, harrastukset, ulkonäön ym. Tämän jälkeen improvisoidaan päähenkilön arkea kaupungissa. Koko ryhmä pääsee luomaan tapahtumia kokemalla ja yhdessä tekemällä. Ei muodostu tekijä-katsoja asetelmaa. Ohjaaja kertoo ihannekaupungin tavasta ratkaista aina esille tulevat ongelmat erilaisilla projekteilla. Kaupungissa on myös erittäin rikas hyväntekijä, joka on rahoittanut projekteja. Ryhmä luo tämänkin hahmon. Päähenkilö osallistuu seminaariin, jossa esitellään kyseisiä projekteja. Pienryhmät suunnittelevat nämä ja esittävät ne improvisoidussa seminaarissa. Päähenkilö palaa kotiin ja rentoutuu tälle tavanomaisella tavalla. Rennon hetken keskeyttää radiouutinen, jossa kerrotaan hyväntekijän kuolleen. Koska tällä ei ollut perillisiä, valtio takavarikoi koko omaisuuden. Pienryhmät tekevät TV-uutislähetyksiä, joissa kerrotaan, mihin varat käytetään. Tästä seuraa kaupunkilaisten kriisipalaveri. Jokaisella kerralla joku on aina ehdottanut mielenosoitusta, joka on myös toteutettu. On valittu johtaja, laadittu iskulauseita, tehty rekvisiittaa jne. Ryhmästä riippuen ministeriä on esittänyt joku ryhmäläinen tai ohjaaja. Lisäksi on valittu kaksi neuvonantajaa. Mielenosoittajat lähestyvät ministeriä ja seuraa väittely. Väittely päättyy tilanteen mukaan. Päähenkilö nukahtaa ja näkee unen, joka toteutetaan omantunnonkujana. Koko ryhmä muodostaa kujan, jonka läpi jokainen kulkee vuorollaan ja kuulee erilaisia ohjeita, mitä tämän pitäisi tehdä. *Itaca de Mar* päättyy päähenkilön valintaan. Usein se on jokin päähenkilön oma pitkäaikainen toteutumaton unelma.

Tämän jälkeen, esimerkiksi vasta seuraavana päivänä, on siirrytty todellisen elämän kysymyksiin muun muassa listaamalla omat työllistymisen tai muun jatkosuunnitelman viisi estettä tai haastetta. Nämä on järjestetty ikään kuin pelikortit pasianssi -tyylisesti suurin ja pienin este. Pienryhmissä on pohdittu näihin ratkaisuja. Tai kortit on asetettu pöydälle ja ohjaaja on laskenut yhdestä viiteen. Aina, kun tulee sana viisi, pitää yksi kortti (pienin haaste) nostaa pois. Lopuksi pöydälle jää suurin haaste. Näitä on vertailtu esimerkiksi pareittain ja pohdittu yhdessä ratkaisuja. On listattu myös toiveita ja suunnitelmavaihtoehtoja ja pohdittu näitä pienryhmissä. Tavoitteista, vahvuuksista ja haasteista on tehty mm. visuaalisia tavoitepuu -teoksia manuaalisesti sekä tietotekniikalla. On myös hiottu ratkaisulauseita ainutlaatuisen myyntiväittämän (*unique selling proposition*) tapaan.

Pidän tärkeänä, että ratkaisut muodostuvat näkyviksi eivätkä jää vain ajatuksiksi. Toisaalta arvostan prosessidraaman humanistiskonstruktivistista ominaisuutta luottaa ihmisen kykyihin yhdistellä asioita sekä tehdä omat johtopäätökset ja tulkinnat. Liiallinen selittäminen tekee lopputuloksen merkityksettömäksi ja aliarvioi tekijöitä. En ole korostanut, että suunnittelutehtävät liittyvät mitenkään draamaprosessiin. Jokainen on saanut tehdä tai olla tekemättä omia johtopäätöksiään.

4.6 Palautetta

Itse olen kokenut draamaharjoitusten ja -prosessien voimauttavan vaikutuksen jo omassa elämässäni itsetunnon sekä itsetuntemuksen kehittymisessä. Olen nähnyt niiden vaikutukset lukuisiin ihmisiin työni kautta 18 vuoden ajan. Henkilökohtaisesta näkökulmastani tarkasteltuna tämä on sitä, mitä me todella tarvitsisimme kouluihin, työelämään, koulutuksiin ja valmennuksiin. Silloin, kun on aito humaani ammattilainen johdattelemassa tähän maailmaan ja sille saataisiin jollain tavalla laajaa näkyvyyttä, niin skeptikotkin näkisivät draaman kiistämättömät vaikutukset.

Taideaineiden huono asema Suomen kouluissa johtuu yhteiskunnan arvoista ja siitä, mitä me pidämme koulun tehtävänä. Jos yhteiskunta haluaisi mukautuvaisen ja tiettyyn, tarkasti rajattuun työtehtävään sopivan työvoiman asemesta itsenäisesti ajattelevia ja muuttuvissa olosuhteissakin tasapainoisia eurokansalaisia, sivistyneistöä, olisi koulutuksen arvoperustan muututtava. Jos koulutuksen arvoperustaksi nousevat humanismi, liberalismi, etiikka ja oikeudenmukaisuus, tulee taiteille tilaa opetussuunnitelmassa. (Rinne 1994, 31.)

Luovuus ja niin sanotut piilevät kyvyt ja voimavarat, joiden olen nähnyt lukemattomia kertoja nousevan ihmisistä juuri draamaharjoitusten kautta, on jotain sanoin kuvaamattomaa. Ilman näitä harjoituksia ja prosesseja tätä ei välttämättä tapahtuisi koskaan. Teimme edellisen ryhmäni kanssa draamaprosessin, joka sai nimen *Milla-Pekka Pumm-Nusulassa*. Mieleeni on jäänyt erään sulkeutuneen ja hiljaisen tytön loiste hänen silmissään näitä harjoituksia tehtäessä. Hän oli täysin eri persoona tässä yhteydessä kuin tavallisessa arjessa. Uskon, että tämän prosessin aikana näimme hänen todellisen minänsä. Se loiste ja ilo on draaman loistetta.

Prosessin jälkeen olen antanut lyhyen kirjallisen palautelomakkeen täytettäväksi. Tässä muutamia suoria lainauksia näistä opiskelijoiden palautteista:

- Leikin kautta löytyy uusia näkökulmia, jotka eivät muuten välttämättä tulisi esiin

- Keventää tunnelmaa, kun pitää käsitellä vaikeita asioita
- Koko ryhmä on yhdessä tekemässä juttuja hausalla tavalla
- Voi nostaa kipeitäkin asioita pintaan
- Kun monta ihmistä tekee tällaisia juttuja, saa itsekin uusia näkökulmia asioihin
- Pakkososiaalista
- Laittaa alitajuisia prosesseja liikkeelle ja käsittelet asioita melkein huomaamatta näytelmän keinoin
- Virkistävää ja elähdyttävää, jokainen jäsen paljastaa jotain itsestään
- Tää oli kyllä hauskaa

5 Elämäsi kuntoon -rituaalit

Kävimme läpi rituaaleja ja riittejä sekä teoriassa että käytännössä Ida-Lotta Backmanin johdolla opinnoissamme keväällä 2011. Tämän jälkeen itselleni kirkastui kuva Elämäsi kuntoon -valmennuksesta selkeänä liminaalitulana ryhmän jäsenille. Tämän oivalluksen jälkeen olen pyrkinyt tuomaan rituaalimaisemman lähestymistavan valmennukseen. Yksi rituaalin tehtävä on ”tehdä näkymätön näkyväksi, jotta sen kanssa voidaan olla vuorovaikutuksessa” (Backman 2011). Tässä yhteydessä itselleni myös sanottui se, mistä pitkäaikaistyöttömän tilanteessa on itse asiassa kyse: rituaalien puuttumisesta. Ei ole säännöllisen arjen rituaaleja, kuten esimerkiksi töihin lähtöä, säännöllisiä vapaapäiviä, palkkapäivää, lomaa vaan kaikki on samaa epämääräistä leijumista.

Antropologi Victor Turner (1920–1983) oli tunnettu rituaaliin ja siirtymäriitteihin liittyvistä teorioistaan. Turnerin teoriat täsmentävät Arnold van Gennepin (1873–1957) siirtymäriittien käsitteitä. Van Gennep on osoittanut, että kaikki siirtymäriitit jakautuvat kolmeen vaiheeseen: erottamiseen, välitilaan (tai *limeniin*, joka latinaksi merkitsee kynnystä tai sisäänkäyntiä) ja takaisin liittämiseen. (Turner 2007, 106) Backmanin (2011) mukaan siirtymät ovat kolmijakoiset: ensin puhdistaudutaan tai irrottaudutaan taaksejäävästä, sitten on lyhyt tai pitempi liminaalitila tai portti uuteen ja lopulta sitoutuminen muutokseen. Tämä voisi kuvastaa näkemykseni mukaan myös Elämäsi kuntoon -valmennusta

kiteytettynä. Keskimmäisen, "liminaalisen" vaiheen aikana rituaalisubjektin tai "matkajan" ominaisuudet muuttuvat moniselitteisiksi; hän kulkee sellaisen kulttuurisen alueen läpi, jota määrittävät vain harvat, jos mitkään, edellisen tai tulevan tilan ominaispiirteistä (Turner 2007, 106–107).

"Liminaalisuuden käsite viittaa välimaillole olemiseen. Itse sana tulee latinan sanasta "limen", joka tarkoittaa kynnystä. Jos olet kahden huoneen, vaikkapa makuuhuoneen ja eteisen kynnyksellä astumassa makuuhuoneeseen, et ole enää eteisessä, mutta et myöskään makuuhuoneessa, vaan välimaillole, kynnyksellä. Kuvitteellisesti voidaan ajatella, että eteisen säännöt eivät enää päde, mutta makuuhuoneenkaan säännöt eivät ole vielä voimassa, joten hetken ajan ikään kuin kaikki on mahdollista ja sallittua (Selänniemi 1999.)

Aloitan jokaisen uuden valmennusjakson kuin ensimmäisen. Rituaalien ja rituaalisoinnin ymmärtäminen tai ainakin tähän kiinni pääseminen antoi itselleni uutta ja selkeää suuntaa siitä, mitä valmennuksissa tulisi korostaa. Kuten rituaalit itsessään jäsentävät ja selkiyttävät ympäröivää maailmaa, niin rituaaleihin paneutuminen selkeytti itselleni entistä vahvemmin myös omaa työtäni.

Työvoimakoulutusten asiakkaat ovat tulleet vaiheeseen, jossa tarvitaan muutosta. Elämäsi kuntoon -valmennukseen tullaan jättämään vanha elämä taakse, elämään kolme ja puoli kuukautta välimaillole ja jatkamaan uuteen elämään. Nyt ollaan siis hetki ajassa, jossa ikään kuin kaikki on mahdollista.

Sanotaan, että ensimmäinen askel on tärkein. Jotta tämän tärkeän askeleen merkitys korostuu, se täytyy tehdä näkyväksi. Olen koristellut valmennustilan oven pienillä elementeillä ja tehnyt siitä ikään kuin portin. Portin, jonka läpi astutaan uudella intentiolla. Olen ottanut jokaisen tulijan henkilökohtaisesti tervetulleeksi vastaan sekä ojentanut lahjan, jollaisena on toiminut kurssikansio. Lisäksi olen heijastanut videotykillä koko seinän kokoisen polun kuvan.

Valmennuksiin on kuulunut yhteiset luontoretket. Rituaalikurssin inspiroimana olen liittänyt näihin retkiin uusia elementtejä. Ne eivät olekaan enää vain retkiä, vaan pyhiinvaelluksia. Mietimme ennen retkelle lähtöä asioita, joista haluamme päästä eroon. Kirjoitamme näitä pienille paperilapuille ja otamme ne retkelle mukaan. Nuotion äärellä jokainen saa valita, lukeeko lapussa lukevan asian ääneen vai äänettömästi ennen kuin heittää sen tuleen palamaan. Yksinkertaisella eleellä voi olla merkittäviä vaikutuksia. Eräs valmennukseen osallistunut naishenkilö kertoi seuraavana päivänä hämmästelleensä itsekin harjoituksen voimaa. Hän oli itkenyt koko edellisen illan ja saanut teh-

tyä nimenomaisen harjoituksen kautta suuria päätöksiä, jotka olivat vaivanneet häntä jo pitkään. Kyseisen harjoituksen olen lyhentänyt suoraan tekemästämme rituaaliharjoituksesta Idalotta Backmanin johdolla keväällä 2011.

Backmanin mukaan rituaalit tarjoavat yksilölle mahdollisuuden ilmaista tunteitaan, muuttaa tietoisuuden tasoaan, vapauttaa piilevää potentiaalia, päästä irti aggressioista ja turhautumisesta, vahvistaa sitoutumistaan sekä mahdollisuuden itsereflektointiin. (Backman 2011.) Tähän kaikkeen pyrimme näkemykseni mukaan Elämäsi kuntoon -valmennuksen aikana. Valmennuksen on tarkoitus toimia johdatuksena vanhasta persoonasta uuteen identiteettiin. Valmennuksen aikana jokainen reflektoi tekemisiään siltä kannalta, mihin suuntaan nyt ollaan lähdössä. Oma sitoutuminen tekemisiin sekä koko elämän haltuunottoon vahvistuu. Valmennuksen aikana pohditaan usein arvoja, oikeaa ja väärää sekä sitä, mitä asioita elämässä tulisi jatkossa välttää ja mitä lisätä. Tästä näkökulmasta tarkasteltuna voisi siis sanoa, että Elämäsi kuntoon -valmennus on tietynlainen rituaalikonaisuus.

Kolmannessa eli takaisin liittämisen vaiheessa siirtyminen viedään päätepisteeseensä. Rituaaliobjekti, oli kyseessä sitten yksilö tai korporatio, päättyy jälleen suhteellisen vakaaseen tilaan, johon kuuluu joukko selkeästi määriteltyjä, rakenteellisia oikeuksia ja velvollisuuksia muita yhteiskunnan jäseniä kohtaan. Hänen odotetaan käyttäytyvän niiden vakiintuneiden normien ja eettisten sääntöjen mukaisesti, jotka kuuluvat tiettyjen asemien haltijoille tällaisten asemien järjestelmässä. (Turner 2007, 107.)

Valmennuksen loppuvaiheessa jokaiselle on laadittu yhdessä selkeä jatkosuunnitelma. Valmennuksen aikana on opittu ja saatu uusia taitoja, joiden avulla on mahdollisuus päätyä suhteellisen vakaaseen tilaan ja toimia vakiintuneiden normien ja eettisten sääntöjen mukaisesti. Passiiviset objektit, uhrit ja ulkopuoliset ovat jääneet taakse ja eteenpäin lähtevät aktiiviset projektit.

6 Aristoteles työnhaussa

Siinä, missä länsimaisen filosofian on sanottu olevan vain sarja reunahuomautuksia Platonin kirjoituksiin, voisi vastaavalla tavalla kärjistäen koko kirjallisuuden tutkimuksemme yleisesti ja draamateorian erityisesti sanoa suhtautuvan Aristoteleen (384–322 eaa.) *Runousoppiin*. *Runousoppi* käsittelee tragediää ja eeposta edellistä painottaen. Tekstin tarkkaa syntyajankohtaa ei varmuudella tunneta. Luultavasti se on kirjoitettu 330–320 eaa. Teoksen oletetaan myös käsittäneen toisen komediää ja mahdollisesti

satiiria tarkastelevan osan, joka ei kuitenkaan ole säilynyt jälkipolville. (Reitala & Heironen 2001, 13.) *Runousoppi* oli Aristoteleen vastaus Platonille, joka oli hyökännyt taiteita vastaan. Platon kehotti kaikkia niitä, jotka rakastavat taiteita, puolustamaan niitä osoittamalla, että taiteista on mielihyvän lisäksi jonkinlaista hyötyä inhimilliselle elämälle ja yhteiskunnalle. (McLeish 1998, 161.)

Runousopin vaikutus eurooppalaisen kirjallisuuden ja kirjallisuuden kritiikkiin on ollut huomattava uuden ajan alusta lähtien. Siitä on muodostunut koko länsimaisen estetiikan ja taiteentutkimuksen peruskivi, joka vaikuttaa edelleen tavallaan kenties kaikkeen taiteeseen. Länsimainen draamakäsitys nojautuu Aristoteleen niin voimakkaasti, että sitä pidetään suorastaan itsestäänselvyytenä. Toisaalta *Runousoppi* on huonosti säilynyt ja vaikeaselkoinen teos, joten siitä voidaan tietysti tehdä monenlaisia tulkintoja (Hiltunen 1999, 18–19.)

Runousoppia ei ollut tarkoitus julkaista, vaan se koostuu Aristoteleen luentomuistiinpanoista. Näistä on muodostunut oppikirja hyvien runomuotoisten tekstien, ennen kaikkea tragedioiden tuottamiseksi. *Runousopin* tärkein päämäärä on kuvailla, millainen on hyvä tragedia eli mitkä yleiset periaatteet tekevät tragediasta sellaisen, että se täyttää hyvän tragedian tehtävän. (Sihvola 1997, 234–236.)

5.1 Rohkeasti aloitettu on puoliksi voitettu

Teatteri-ilmaisun ohjaaja opintojemme ensimmäisenä syksynä 2009 kävimme läpi aristoteelista dramaturgiaa Katri Mehton johdolla. Itselleni heräsi välittömästi ajatus, kuinka hyödyntää tätä työvoimakoulutustemme tarinankerronnassa. Kaikkiin työvoimakoulutuksiin kuuluu aina riippumatta koulutuksen lajista työnhaun asiakirjojen laatiminen tai päivittäminen. Päätin liittää aristoteelisen dramaturgian huomattavasti vahvemmin työnhaun asiakirjojen laatimiseen. Syntyi uusi luentoaihe: Aristoteles ja työhakemus.

Aristoteleen mukaan runous (*poiesis*) on taito (*tekhne*) eli järkiperäinen tekemisvalmius, kyky tuottaa tiettyä tehtävää tai tarkoitusta varten tuote sen perusteella, että on omaksunut järkeen vetoavan opetuksen tuloksena systemaattisen joukon sen valmistamiseen liittyviä täsmällisiä periaatteita. (Sihvola 1997, 236).

Tähän yhteen lauseeseen kiteytyy paljon suhteessa työhakemuksen kirjoittamiseen. Kyseessä on siis taito, järkiperäinen tekemisvalmius. Valmius ja valmistautuminen suunnittelemisen sijaan ovat juuri sitä, mitä olen pyrkinyt opettamaan erilaisilla tavoilla.

Tavoitteeksi nousee järkeen vetoava opetus, jonka tuloksena hakemuksen kirjoittaja omaksuu systemaattisen joukon täsmällisiä periaatteita.

Kyseinen luentokokonaisuus sekä työhakemusten laatiminen pohjautuvat opintojeni aikaisiin luentoihin, muistiinpanoihini näistä, aihetta käsittelevään kirjallisuuteen, pääosin tässä opinnäytetyössä viitattuihin, sekä Internetistä löytyvään lähdeaineistoon. Olen toteuttanut tätä aristoteelista työnhaun asiakirjojen laatimista opiskelijoideni kanssa kolmen vuoden ajan. Näitä ryhmiä on kertynyt itselleni noin kuusi kappaletta vuodessa eli yhteensä noin 18.

5.2 Miksi Aristoteles hakee työpaikkaa?

Tarinankerronnan pohjaksi sopii periaatteessa mikä tahansa toimiva kokonaisuus. Työnhaun asiakirjoja laatiessamme aristoteelinen dramaturgia ei ole ainoa tarinankerronnallinen pohja. Käymme läpi tarinankerronnan yleisiä niin sanottuja lainalaisuuksia sekä esimerkiksi Joseph Campbellin (1993) sankarin myyttistä matkaa. Avaan tätä enemmän 5.4 otsikon alla. Kuten edellä on mainittu, olemme tutustuneet myös Vladimir Proppin kansansadun funktioihin. Aristoteelisen dramaturgian ei ole tarkoitus toimia ehdottomana sääntönä, vaan se otetaan kirjoitusprosessin rinnalle ja sitä kautta on hyvä ja hauskaakin peilata laatimaansa työhakemusta. Lisäksi Aristoteleen määritelmät kuten esimerkiksi ”sopivasti maustettu kieli”, ”elämä on toimintaa, ei oleskelua”, ”ihminen tulee tekojensa ansiosta onnelliseksi tai onnettomaksi” ja niin edelleen sopivat mielestäni osuvasti pitkäaikaistyöttömien valmennukseen ja toimivat muutenkin hyvinä keskustelujen avaajina.

Aristoteelisen dramaturgian tunteminen kuuluu lisäksi oman näkemykseni mukaan jo yleissivistykseen. Erittäin merkittävä ja hämmästyttävä tekijä on ollut, että tämän neljän vuoden aikana yksikään näihin valmennuksiin osallistunut ei ole kertomansa mukaan kuullut aikaisemmin aristoteelisesta dramaturgiasta tai Aristoteleen runousopista. Kyseessä on kuitenkin niin merkittävä vaikuttaja länsimaisessa tarinankerronnassa kirjallisuudessa, elokuvissa, teatterissa ynnä muissa, että mielestäni jokaisen tulisi tietää edes hieman, mistä on kyse.

5.3 Miten se tapahtuu?

Liitän dramaturgisen ajatustavan mukaan toimintaamme heti ryhmän aloitusvaiheessa. Teemme erilaisia suullisia tarinankerrontaharjoituksia jo tutustumisharjoitteinakin. Esimerkiksi sana kerrallaan tarinoita, joissa muodostetaan tarinoita ryhmissä niin, että jokainen sanoo ainoastaan yhden sanan vuorollaan. Tai selkeästi tarinan peruskaavaa selventävä ”olipa kerran” -harjoitus. Tässä luodaan tarinaa lause kerrallaan, mutta lauseiden alku on määritelty niin, että kaava toistuu: *olipa kerran, joka päivä, kunnes eräänä päivänä, tästä johtuen, ja tästä johtuen, siitä päivästä lähtien*. Tässä harjoituksessa selkiytyy ytimekkäästi tarinan kuvio: Alun päähenkilön sekä tämän arjen esittely, yllättävä käänne, tästä johtuva seuraus ja siitä johtuva seurauksen seuraus sekä lopuksi muuttunut maailma.

Itse en luota juurikaan projektiluonteiseen työskentelyyn. Projekti on tietysti selkeä ja antaa rajat. Projektit jäävät kuitenkin näkemykseni usein kokeiluluonteisiksi eivätkä juurikaan synnytä pysyvää uutta. Luotan enemmän prosessiluonteiseen työskentelyyn. En ota tiettyä asiaa juuri nyt käsiteltäväksi tietyksi ajaksi ja jätä sitä siihen. Liitän asiat vähitellen pieninä erinä jokapäiväiseen arkeen, jolloin niistä tulee ikään kuin huomaimatta uusia toimintamalleja.

Siinä vaiheessa, kun aloitamme työnhaun asiakirjojen laatimisen, käymme ensin läpi Katja Noponen Oy:n oman opaslehtisen ja aloitamme ansioluettelon laatimisesta. Kun nämä on saatu tehtyä, pidän oman luentoni aristoteelisesta dramaturgiasta työhakemuksen laatimisen valossa. Tutkimme myös sankarin myyttistä matkaa (Joseph Campbell 1993) ja näiden mahdollisuuksia hyödyntää tätä omaa hakemustaan laatiessa. Sankarin myyttinen matka sopii myös osuvasti kuvaamaan jokaisen meidän oman sankarimme matkaa työllisyysvalmennukseen ja siitä matkaa eteenpäin. Avaan tätä enemmän seuraavassa luvussa. Dramaturgia on Jukka-Pekka Hotisen määritelmän mukaan ”minkä tahansa materiaalin järjestämistä esitykselliseen muotoon” (Hotinen 2001, 202). Työhakemusta laatiessaan jokainen on dramaturgi. Kerätään materiaalia omasta työ- ja koulutushistoriasta ja erilaisista osaamisista sekä järjestellään nämä parhaalla mahdollisella tavalla työnantajalle esitettävään muotoon.

Työhakemuksen kirjoittaminen Aristoteleen hengessä toteutuu seuraavanlaisesti: Käymme ensin läpi Aristoteleen perusmääritelmiä:

- "Tragedia jäljittelee arvokasta toimintaa." Voiko kukaan jäljitellä omassa hakemuksessaan arvokkaampaa toimintaa, kuin omaa menneisyyttään, osaamistaan, toiveitaan, omaa elämäänsä?
- "Jonkin osan poistaminen rikkoo kokonaisuuden." Hieno lisäelementti hioa jokainen lause niin merkittäväksi, että koko kokonaisuus muuttuu, jos sen poistaa. Jos ei muutu, lause on turha.
- "Kieli on selkeää olematta arkista", "juoni ei ala mistä tahansa ja päätty mihin tahansa", "selkeä hallittava kokonaisuus". Nämä ovat näkemykseni mukaan esimerkkejä osuvista peruskriteereistä hakemuksen hiomiseen.

Vertailemme samalla niin sanottua modernia dramaturgiaa ja pohdimme, minkälainen hakemus tulisi, jos se mukailisikin tällaista. Käymme juonen eli tapahtumien rakenteen peruskuvio läpi. Avaamme päämäärän keskeistä merkitystä aristoteelisessa dramaturgiassa sekä työhakemuksessa. Käymme läpi alun, keskikohdan ja lopun merkityksiä syvemmin. Edellinen tapahtuma synnyttää seuraavan, kaikki vaikuttaa kaikkeen, jännitteen rakentaminen, yllättävä käänne. Loppu kehittyy kaiken tapahtuneen seurauksena. Langat viedään yhteen ja niin edelleen.

Käymme läpi kokonaisuuden rakentumisen lyhennettynä: hybris, hamartia, anagnorisis, peripeteia ja katharsis. Tavoitteenani on, että jokainen aloittaisi työhakemuksensa laatimisen voimakkaassa hybriksessä. Usein kuullaan valituksia, kuinka suomalaiset ovat liian vaatimattomia työhakemuksissaan. Nyt on lupa ikään kuin leikin varjolla luulla itsestään liikoja (hybris) ja aloittaa rohkeasti. Rekrytoijat tietävät, että hakemuksissa saatetaan liioitellakin hieman, kunhan ei valehdella. Hybris ajatuksena antaa joka tapauksessa hyvän lähtökohdan itsensä vähätteleminen hylkäämiselle. Tämän jälkeen vältämme, ettei kukaan ajaudu hamartiaan eli tietämättömyydestä johtuvaan virheeseen. Sen sijaan jonkinlainen anagnorisis on kenties tapahtunut ja tämä havahtuminen pyritään saamaan mukaan tekstiin. Korostan suuren käänteen merkitystä opiskelijoille. Pyritään luomaan hakemuksen alku niin mukaansatempaavaksi, että lukijan on suoraan pakko lukea tekstiä eteenpäin. Kun keskikohtaan saa vielä ujutettua jonkinlaisen peripeteian, suuren käänteen, hakemus on todennäköisesti noussut jo keskiverron yläpuolelle. Kun teksti on saatu laadittua vielä niin, että lukija kokee jonkinlaisen katharsiksen, sielun puhdistumisen, ei kutsua haastatteluun voi enää välttää. Pyrimme välttämään, ettei rekrytoija koe sääliä ja pelkoa lukiessaan hakemusta, mutta jotain muita tunteita eikä pelkästään kylmiä faktoja. Tällöin ollaan jo pitkällä.

Aristoteelinen dramaturgia käsittelee vain tragediaa mutta sitä ei toivottavasti tarvitse työnhakuprosessin olla. Tragedian määritelmät kuitenkin sopivat hienosti tähänkin yhteyteen. Tragedia on laaja mutta kokonaisuuden muodostava esitys arvokkaasta toiminnasta. Se käyttää sopivasti maustettua kieltä teoksen eri osien vaatimusten mukaisesti. Maustettuun kieleen kuuluu harmonia, melodia ja rytmi. Tragedia on toimivien ihmisten puhetta. Herättämällä sääliä ja pelkoa hallitussa tilanteessa (tässä yhteydessä siis joitain muita tunteita) se tervehdyttää kyseiset tunteet.

Painotan, että kuten työhakemuksen kirjoittamisessa ei ole yhtä oikeaa tapaa, ei aristoteelinen dramaturgiakaan ole suinkaan ainoa oikea tapa laatia hakemusta. Tämä on vain yksi mahdollinen apukeino, jota voi käyttää tai olla käyttämättä. Kuten edellä mainitsin, käymme siis läpi myös dramaturgiaa yleisesti ja niin sanottua uutta dramaturgiaa sekä hieman tarkemmin myyttitutkija Joseph Campbellin (1993) sankarin myyttistä matkaa.

5.4 Sankarin myyttinen matka

Joseph Campbellin *The Hero with a Thousand Faces* -teos julkaistiin alun perin vuonna 1949. Campbell oli kerännyt aineistoa myyttisistä kertomuksista eri puolilta maapalloa ja löytänyt niille yhteisen perusrungon, jota hän nimitti monomytyiksi. *The Hero with a Thousand Faces* esittelee sankarin (myyttisen) matkan, *The adventure of the hero* (Campbell 1993).

Hyvänä esimerkkinä tämän 17-osaisen sankarin kasvutarinan yleispätevyydestä toimii sen peilaaminen Elämäsi kuntoon -valmennukseen:

Jokainen sankari elää omaa tavallista arkirutiiniaan työttömänä ollessaan. Eräänä päivänä saapuu postista kutsu seikkailuun: työllisyysvalmennuskurssi kutsuu. Inhimillisesti tyypillinen ensireaktio kaikelle uudelle on kieltäytyminen. Tähän moni seikkailu olisi päättynyt ennen alkamistaan ilman pakottavaa tekijää. Työvoimahallinnolla on tähän oma ratkaisu nimeltään työssäoloehto, kansanomaisesti karenssi. On siis pakko lähteä seikkailuun. Valmennuksessa sankari kohtaa auttajan, kouluttajan sekä toisia sankareita. Auttajalta sankari saa uusia taitoja, kuten esimerkiksi uuden tavan laatia työhakemuksia, sosiaaliset taidot ja fyysinen kunto parantuvat. Näiden uusien taitojen avulla sankari ylittää seuraavan kynnyksen. Sankari joutuu valmennuksen aikana erilaisiin testeihin, joissa tämä oppii omista vahvuuksistaan. Liittolaiset ja viholliset paljastuvat.

Sankarimme saa mm. uuden vertaisryhmän ja oppii, etteivät viranomaisetkaan ole välttämättä yksilön elämää hankaloittavia vihollisia.

Sankari joutuu ennen pitkää syvään luolaan, pelottavimpaan paikkaan ja kohtaa pahimmat painajaisensa. Työhakemusten laatiminen on monelle vastenmielinen ja viimeiseen asti eteenpäin siirrettävä velvollisuus. Sankari on kuitenkin oppinut vahvuuksistaan, ja asiat näyttäytyvät uudessa valossa. Hengähdystauko on kuitenkin lyhyt ja tämä olikin vasta alkua, sillä edessä on äärimmäinen koettelemus. Nyt kyseessä on elämä ja kuolema. Sankari pärjää, koska hänellä on mukanaan uusia voimia, tietoa ja taitoa. Sankari selviää työhaastattelusta ja saa työpaikan. Sankari palaa takaisin aktiiviseksi yhteiskunnan jäseneksi uudistuneena, muuttuneena ja viisastuneena. Tästä eteenpäin sankarilla on vapaus elää. Hän on kokenut alisen maailman, pitkän työttömyyden, rahattomuuden, tekemättömyyden sekä nyt uudestaan yllisen. Hän on kahden maailman mestari.

Sankarin myyttinen matka koostuu universaaleista elämäkokemuksen ja koettelemusten symboleista. Se kuvastaa ihmiselämän yhteisiä ja merkityksellisiä kokemuksia ja ilmentää ihmisen elämänvaiheen siirtymäriittejä. Näistä johtuen se soveltuu kuvamaan osuvasti jokaisen arjen sankarin matkaa työllisyysvalmennuksessaakin. Kokemukseni mukaan se antaa myös uutta näkökulmaa ja hohtoakin omalle kokemukselle olla opiskelijana tällaisessa valmennuksessa. Näkemykseni mukaan se saattaa muovata jollain tavalla minäkuvaakin.

Pyrin omassa ohjaustyössäni kaikin tavoin uusien näkökulmien valintaan sekä aloittelijan mielen saavuttamiseen. Sankarin myyttinen matkakin tuo uuden näkökulman koko omaan elämään. Ei ollakaan syrjäytyneitä häviäjiä yhteiskunnan marginaalissa vaan sankareita seikkailemassa. Monella opiskelijallani on lukivaikeuksia, moni ei ole käyttänyt tietokonetta, monella on negatiivisia kokemuksia hakemusten turhauttavasta kirjoittamisesta ja niin edelleen. Mikäli nämä asiat pyörivät mielen taka-alalla kirjoittaessa, ei kirjoittaminen ole sitä, mitä se voisi olla. Keskittymällä vain käsillä olevaan tekemiseen tyhjällä mielellä, jokainen on hyvä tekemisessään. Usein täytämme mieleemme vielä ennakkokäsityksillä siitä, mitä ja minkälainen tietyn asian pitäisi olla. Minkälainen on esimerkiksi hyvä hakemus. Tällöin estämme itseämme ilmaisemasta syvintä omaa itseämme. Keith Johnstone (1996) kehottaa improvisoijia noudattamaan sääntöjä ja katsomaan, mitä tapahtuu ja olemaan kantamatta minkäänlaista vastuuta syntyvästä materiaalista. ”Ei riitä, että kertoo oppilaalle, että häntä ei voi pitää vastuussa mielikuvi-

tuksensa sisällöstä. Hän tarvitsee opettajan, joka on elävä todiste siitä, että hirviöt eivät ole todellisia ja että mielikuvitus ei voi tuhota ketään” (Johnstone 1996, 83.) Tätä ajatusta pyrin tuomaan esille myös kirjoitusprosessissa. Sivutetaan sisäinen kriitikko luovuuden vaiheessa eikä anneta sen hidastaa toimintaa. Tarkastellaan vasta myöhemmin tuloksia kriittisemmin.

Pohdimme myös yhdessä, miten sankarin myyttistä matkaa olisi mahdollista hyödyntää työhakemuksen laatimisessa. Kenties merkittävin anti sillä on kuitenkin tässä yhteydessä siinä, kuinka jokainen näkee elämäntilanteensa uudessa valossa.

5.5 Prosessin arviointia

Aristoteelisten mallien soveltaminen on ongelmallista niin kauan kuin liikutaan sellaisen dramatiikan parissa, jota varten ne ovat laaditut. (Reitala, Heinonen toim. 2001, 41). Tästä huolimatta omasta sekä silloisen vastuuopettajamme Jouni Piekkarin mielestä olen kehittänyt nerokkaan toisenlaisen tavan tutkia työhakemusten laatimista. En tiedä, onko tätä hyödynnetty aikaisemmin, mutta en ole itse ainakaan kuullut enkä nähnyt. Eräs noin 30 vuotta markkinointimaailmassa toiminut opiskelija totesi, että hän on nähnyt koko uransa aikana monenlaisia konsultteja ja vastaavia, mutta kukaan ei ole käsitellyt asioita vastaavalla tavalla dramaturgisesti. Hän jatkoi, että nyt on sellainen tunne, että kunpa pääsisi aloittamaan kaiken alusta, niin tekisi myös kaiken aivan toisin.

Sitä, kuinka paljon nimenomaan aristoteelinen dramaturgia tässä yhteydessä on auttanut opiskelijoita tuloksellisesti, on haasteellista arvioida. Joka tapauksessa tämä on antanut opiskelijoille uudenlaisen tavan laatia ja tarkastella työhakemuksia sekä koko elämää. Ennen kaikkea useat monissa erilaisissa työvoimakoulutuksissa olleet ovat kiitelleet loppupalautteissaan kouluttajan hyviä ja uudenlaisia näkemyksiä työnhaun asiakirjojen laatimiseen. Lisäksi se on tuonut aivan erilaisen, jopa hauskan, ilmapii- rin muuten usein monen mielestä vastenmieliseen työhakemusten laatimiseen.

Konkreettisia esimerkkejä aristoteelisen menetelmän mukaan yhdessä laatimistamme työhakemuksista:

Eräs opiskelija oli kertomansa mukaan lähettänyt toistakymmentä hakemusta kiinteistöhoitajan työtehtävään. Yhdestäkään ei ollut tullut haastat-

telukutsua. Laadimme yhdessä uuden hakemuksen ja opiskelija kutsuttiin haastatteluun jo samana päivänä. Hän sai myöhemmin työpaikan.

Toinen opiskelija, reilusti yli 40-vuotias, kirjoitti elämänsä ensimmäisen työhakemuksen. Kutsu haastatteluun tuli kuten myös valinta työtehtävään.

Kokemukseni mukaan uskaltaisin väittää, että lähestulkoon kaikki, jotka eivät ole aikaisemmin saaneet lainkaan vastauksia hakemuksiinsa, ovat nyt saaneet laadittua hakemuksia, jotka erottuvat joukosta, saavat huomiota ja ainakin jonkinlaista palautetta. Itse luotan siihen, että aristoteelinen malli ei ole ainakaan täysin merkityksetön tekijä tässä yhtälössä.

Olen saanut tästä myös itse uutta näkemystä aiheeseen ja olen kehittynyt hakemusten kirjoittamisen opastajana. Vaikka aristoteelinen dramaturgia ei auttaisikaan kaikkia hakemuksen laatimisessa, voisi tämän opettamista tässä yhteydessä pitää mielestäni jopa jonkinlaisena kulttuuritekonakin. Kuten mainitsin edellä, yhdellekään opiskelijallemme Aristoteleen runousoppi ei ole ollut entuudestaan tuttu. Tässä opitaan aristoteellista dramaturgiaa ja lisäksi toteutuu Bowellin ja Heapin (2008) prosessidraamaan liittyen mainitsema todellisen elämän konteksti. Aristoteelinen dramaturgia, dramaturginen ajattelumalli, draaman kaari ja sankarin myyttinen matka ovat tulleet monien opiskelijoiden kertomansa mukaan heidän maailmaansa monessa mielessä. He näkevät asiat uudessa valossa, näkökulmat ovat lisääntyneet ja näköalat laajentuneet. Tässä ollaan oman näkemykseni mukaan pysyvän muutoksen lähteillä.

7 Näyttelijäntyö ja hahmometodi

Erilaisista opintojemme aikana toteutuneista näyttelijäntyön harjoituksista ja kursseista itselleni merkittävimmiksi nousivat Olga Horilan kurssi sekä Yoshi Oidan *Näkymätön näyttelijä* -teos (2004), johon tutustuimme kurssiin liittyen. Näitä täydensi osuvasti Tuu- ja Jänicken johdatus hahmometodiin syksyllä 2011.

Vuonna 1997 Hanna Brotheruksen *Väki*-tanssiteos osui naulan kantaan tai toisaalta löi viimeisen niitin omaan näkemykseeni siitä, mitä teatterin ehkä tulisi olla. Kyseessä oli sanaton tanssiesitys miehen elämästä ja myytistä pienestä pojasta eläkeikään. Suurin

osa tanssijoista ei ollut tanssijoita. Suurimman pääroolin esittäjä oli kuuromykkä. Esitys oli täynnä merkityksiä, vertauskuvia, viittauksia ja muuta vastaavaa. Hienointa kokonaisvaltaisen elämyksen lisäksi oli oma huomioni, että vaikka ymmärsin vertausten olemassaolon, silti suuri osa niistä ei avautunut itselleni sen pidemmälle sillä hetkellä. Siinä juuri piileekin ydin. Katsojan ajatusmaailman lisäksi se puhutteli suoraan alitajuntaa tai jotakin vastaavaa, mitä ei välttämättä tarvitsekaan lähteä analysoimaan ja älyllistämään. Esitys siis koskettaa. Tämän kokemuksen jälkeen olin vakuuttunut, että jokaisen teatteriesityksen tulisi olla jollain tavalla tanssia.

Shunryu Suzukin ajatukset ja opetukset ovat olleet omalle ohjaamiselleni, ryhmänjohtamiselle sekä koko elämänfilosofialleni jonkinlaisena peruskalliona jo vuosikausia. Erityisesti Suzukin opetuksista koottu *Zen mieli, aloittelijan mieli*-teos (1995) on toiminnut itselleni tavallaan pyhänä kirjana tai peruskivenä, jonka äärelle olen palannut lukuisia kertoja. Näkemykseni mukaan kyseisestä teoksesta löytyy, kun sen osaa nähdä, peruspohja kiteytettynä ja selkeytettynä oikeastaan kaikelle tekemiselle. Teoksia ja opetuksia Buddhalaisuudesta ja Zen -filosofiasta on tietysti lukemattomia määriä. Selkeydessään, yksinkertaisuudessaan ja kaiken kattavassa vertauskuvallisuudessaan Suzukin opetukset ovat vertaansa vailla. Kyseessä ei ole elämäntapaopas, vaan Suzukin opetuksista ja luennoista koottu teos. Itse näen tässä myös vankat perusteet näyttelemiselle, ohjaamiselle, teatterin ja taiteen tekemiselle sekä ryhmien kanssa työskentelylle. Mielestäni Yoshi Oidan *Näkymätön näyttelijä* (2004) liikkuu hyvin lähellä Suzukin ajatuksia, kohteenaan vain näytteleminen. Tämän takia pureudun *Näkymättömään näyttelijään* seuraavaksi hieman syvemmin, koska se puhuttelee itseäni tähän mennessä voimakkaimmin näyttelemiseen liittyvistä teoksista, joihin olen tutustunut opintojeni aikana. *Näkymätön näyttelijä* puhuu samalla tavalla näyttelemisestä kuin Suzuki puhuu elämästä ja tämän opinnäytetyön kirjoittaja ohjaajuudesta. Näkemykseni mukaan edellä mainittujen seikkojen pohjalta kyseisten teosten nostaminen erityisesti tässä opinnäytetyössä on perusteltua. Olen poiminut tähän yhteyteen Oidan ajatuksia etenkin kehon ja mielen yhteistoiminnasta, valmistautumisesta, harjoittelemisesta ja opettamisesta.

7.1 Näkymätön näyttelijä

Näkymätön näyttelijä (2004) osuu välittömästi näkemykseni mukaan asian ytimeen. Tärkein asia muistettavaksi on, että näytteleminen täytyy ymmärtää ruumiilla, ei aivoilla. Kirjan mukaan japanin kielessä näyttämö tarkoittaa kirjaimellisesti paikkaa tanssimi-

selle tai vaihtoehtoisena tulkintana ruumis tanssimiselle. Kun esiintyjä astuu lavalle, tila alkaa elää; tanssiva ruumis alkaa tanssia. Oidan mukaan näyttelijän tehtävä on esiintymisensä kautta herättää näyttämö eloon eikä esitellä, kuinka hienosti tämä osaa näyttellä. Zen puhuu vahvasti Oidan näkemyksissä: Syvissä vesissä, matalalla profiililla, nöyrästi mutta vahvasti

”Aloittelijan mielessä ei ole ajatusta: ”Olen saavuttanut jotakin”. Kaikki itsekeskeiset ajatukset rajoittavat laajaa mieltämme. Olemme todellisia aloittelijoita, kun emme ajattele lainkaan saavuttamista emmekä itseämme. Silloin voimme todella oppia jotakin” (Suzuki 1995, 20.)

Oida kertoo pitävänsä näyttelijästä, joka osaa muuttua näkymättömäksi. Kirjassa on esimerkki tästä Kabukiteatterin ”katsoo kuuta”-eleen kautta. Toinen näyttelijä tekee sen niin, että kaikki ihastelevat tämän hienoa liikettä ja toinen taas niin, että yleisö näkee vain kuun. Näyttelijän on kehitettävä itseään osatakseen kadota, ei esitelläkseen taitojaan yleisölle.

7.2 Matka ja päämäärä

Valmistautuminen sisältää ajatuksen, että vasta sen jälkeen tuleva on tärkeää. Ei tässä tapauksessa. Teko sinänsä on hyödyllinen. Oma suhde ja suhtautuminen konkreettiseen työskentelytilaan muuttuvat oleellisesti riippuen siitä, hoitaako kokoontumistilan siisteyden joku ulkopuolinen vai siinä työskentelevät. Onko se vain paikka, jossa satumalta tehdään töitä vai onko se merkittävä osa kokonaisuutta. Kaikki liittyy kaikkeen. Omassa työskentelyssäni olen pitänyt siivoamista tärkeänä luovan suhteen synnyttäjänä sekä ylläpitäjänä tilaan. Yhteinen tilan siivoaminen toimii valmistautumisena, keskittymisenä, rituaalina sekä yhteisöllisyyden voimanlähteenä. Näkökulman valinta vaikuttaa siihen, mitä nähdään ja mitä jää näkemättä (Niemistö 1998, 22). Vaikka työtilan puhdistaminen sinänsä on yhtä tärkeä osa kuin mikä tahansa, se toimii myös vertauskuvallisena puhdistautumisena sekä tilanteeseen virittäytymisenä. Yhtä tärkeää on puhdistaa ja valmistaa mieli ja koko keho tekemiseen ja tähän hetkeen, olkoon se sitten näytelmän harjoittelu tai kaupassa käynti.

7.3 Opettamisesta

Oidan (2004) mukaan opettaminen on yksinkertaisesti jonkun muun kokemus. Opettaja on kulkenut polun ja sinä katsot jälkiä tomussa. Oma näkemykseni eroaa tästä selkeästi. Edellä mainittu viittaa vahvasti behavioristiseen opettamiseen. Voisi jopa väittää, että Oidan näkemyksessä ei ole kyse opettamisesta, vaan seuraamisesta, jäljentämisestä jopa kopioimisesta. Kokemukseni mukaan omien tietojen ja taitojen esitleminen ja jakaminen eivät ole opettamista. Opettaminen on oma lajinsa. Näin ollen opettajan ei tarvitse olla välttämättä lainkaan hyvä itse opettamassaan asiassa. Yhtä lailla, kuten näyttelijän on tehtävä itsensä näkymättömäksi, sama pätee myös opettajaan. Muinaisen kiinalaisen filosofin Laotzen kiteytys ”kun tehtävät on tehty ja työt saatu päätökseen, kansa sanoo: Me teimme sen itse” kuvastaa osuvasti johtamisen funktion (Laotse 1986). Paradoksiin siitä, kuinka näemme oman polkumme vasta, kun olemme kulkeneet sen päähän, yhdyn täysin. Olen kritisoinut mm. valmennuskurssiemme oppilas-palautetta, joka annetaan kurssin puolivälissä sekä kurssin lopussa. Tilanne on vielä niin sanotusti päällä eikä minkäänlaista todellista sisäistämistä ole siinä vaiheessa päässyt syntymään. Vaikeudet ja vastoinikäymiset opettavat. Harva näkee tai osaa ottaa sen sillä hetkellä kasvun mahdollisuutena. Vasta jälkeinpäin, ehkä toisenlaisessa yhteydessä, kasvamisen huomaa. Lihaksetkaan eivät kasva kuntosalilla, vaan vasta myöhemmin levossa. Näin ollen valmennuskurssinkin tuoman kasvamisen tunnistaa vasta riittävän välimatkan päästä.

7.4 Harjoittelemisesta

Oidan (2004) mukaan näyttelijä on kuin nukke, jota mielen langat kannattelevat. Jos yleisö näkee langat, esitys ei ole mielenkiintoinen. On tärkeää keskittyä joka hetki ja pitää langat kireällä. Mutta yleisö ei saa nähdä keskittymistä. Nämä langat tulee pitää kireällä myös jokapäiväisessä arkielämässä. On pidettävä yllä syvää valppautta. Kuten Kristian Smeds totesi meille pitämällään luennolla syksyllä 2009: ”Kaikki, mitä tapahtuu harjoituksissa, siirtyy esitykseen jollain tavalla.” Harjoitus ei ole vain harjoitus. Kaikki liittyy kaikkeen. Terve sielu terveessä ruumiissa, keho ja tunteet, suhde toisiin näyttelijöihin, suhde yleisöön, sisäinen/ulkoinen, vastavoimat, paradoksit, hengitys, todellisuuden heijastaminen, rytmi. Itse yhdistän Oidan näkemykset harjoittelemisesta Zenin peruslähtökohtiin. Erilaisten tekniikoiden loppumattomien hiomisten lisäksi tavallaan kaikki on harjoittelemista. Kaikki tekemisemme valmistelee meitä johonkin, mutta tämä jo-

kin ei ole sen tärkeämpää kuin valmisteleminen ja valmistautuminen. Jousella ampu-
minen maalitauluun ei eroa kahden metrin päässä olevaan heinäpaaliin ampumisesta.

”Aloittelijan mielen säilyttäminen on harjoituksen päämäärä. Jos mielesi on tyhjä, se on
aina valmis kaikkeen, kaikelle avoin. Aloittelijan mielessä on paljon mahdollisuuksia,
asiantuntijan mielessä vain vähän” (Shunryu Suzuki 1995, 19–20.)

Oida siteeraa kuuluisaa soturi Mijamoto Musashia: ”Jokainen systeemi, jokainen aja-
tus, jokainen tekniikka ja jokainen filosofia viittaa samaan tyhjyyteen. Kaikki on tyhjyyt-
tä.” Hän päättää kirjan toteamalla: ”Mitään tähän kirjoitettua ei pidä hyväksyä kysymät-
tä” ja ”jos uskot lukemaasi, on paras olla lukematta lainkaan.”

7.5 Näyttelijäntyön kurssit ja Hahmoterapia

Olga Horilan näyttelijäntyön kurssilla Metropolia ammattikorkeakoulussa vuonna 2010
pureuduttiin mielestäni juuri olennaiseen eli kaiken ylimääräisen karsimiseen sekä pel-
kistämiseen. Voisi kenties puhua jonkinlaisesta puhtaasta ilmaisusta. Näytteleminen
näyttelemättä jäi ainakin oman tulkintani mukaan päällimmäisenä mieleeni. Teimme
paljon yksinkertaisia mutta vaikuttavia harjoituksia. Vähemmän oli taas kerran enem-
män.

Tärkeä taito työhaastattelussa on taito olla niin paljon oma itsensä, kuin tällaisessa
epäaidossa tilanteessa on mahdollista. Työhaastattelua voidaan simuloida ja sitä kaut-
ta harjoitella, mutta se ei koskaan vastaa todellista tilannetta. Tarvitaan myös toisen-
laista harjoitusta. Horilan kurssilta poimin muutaman mielestäni tähän yhteyteen sopi-
van harjoituksen. Kuten esimerkiksi yksinkertainen mutta tehokas harjoitus, jossa seis-
tään piirissä ja jokainen astuu vuorollaan piirin keskelle. Tässä keskiössä ollaan, tai
pyritään olemaan, tekemättä ja esittämättä mitään eli vain olemaan katseista huolimatta.
Kiusaus on suuri havitella esimerkiksi ryhmän hyväksyntää, kun tietää olevansa
katsottuna ja kiintohteena. Joku tuntee itsensä tärkeäksi, joku toinen taas vaivautu-
neeksi. Harjoituksen tarkoituksena olisi pyrkiä päästämään irti kaikista ylimääräisistä
tunteista ja vain olla. Tällaisena ja tällainen olen, aivan sama, katsooko minua yksi ih-
minen, sata ihmistä tai ei yksikään. Hahmoterapiassa puhutaan ”paradoksaalisesta
muutoksen teoriasta”. Se tarkoittaa sitä, että kun hyväksyn asiat sellaisina kuin ne ovat,
ne jo muuttuvat toiseksi (Mannila 2009, 29.)

Tuuja Jänicke kertoi hahmometodin kurssillaan vuonna 2010 Metropolia ammattikorkeakoulussa Gestalt -terapian kehittäjästä Friedrich Perl:stä. Tämä oli nukahtanut terapiavastaanottonsa aikana. Terapia-asiakas närkästyi tästä suuresti ja kysyi Perlsiltä, tietääkö tämä, kuinka paljon hän maksaa näistä terapiatunneista. Asiakas kertoi ja Perls kaivoi lompakkonsa, antoi tälle kyseisen rahasumman ja jatkoi untaan. Tosiasioita vastaan taistelemisen sijasta terapiassa voidaan kysyä ”voitko antaa itsesi tuntea sen, mitä nyt tunnet?” tai ”voitko olla sitä vielä enemmän?” (Mannila 2009, 29). Tämä esimerkki kiteytti itselleni sen, ettei tarvitse taistella tosiasioita vastaan. Itämaisten taistelulajien tapaan tulee ottaa vastaan, mitä on tullakseen ja hyödyntää se voimana eikä pidä asettua vastavoimaksi.

Olen toiminut ohjaajana useita vuosia, pitänyt luentoja ja toiminut näyttelijänä eli ollut paljon katseiden kohteena. Kokemus on tuonut varmuutta ja tottumista tilanteisiin. Silti jossain sisällä on kuitenkin kytynyt aina ajatus siitä, kuinka minun pitäisi olla tai toimia tässä tilanteessa. Nämä edellä mainitut opetukset ja harjoitukset kirkastivat oivallukseni, jonka voisi kiteyttää sanontaan: ”Näillä mennään”. Todellinen läsnäolo riittää. Tällainen täältä tuli tänään ja tällaista tällä on kerrottavanaan. Ei muuta, tämä riittää.

Argentiinalaisen hahmoterapeutin Jorge Bucayn mukaan ”Erottamaton osa hahmoterapian filosofiaa on, että mikä on, on.” (Bucay 1999). Vaikka tämä tuntuu näin ajateltuna itsestään selvälle, käytännössä siinä on kenties yksi viime aikojen suurimmista oivalluksistani. Enää ei luentoja pitäessäni tai ryhmää ohjatesani mielessäni vilahdakaan ajatukset, että miten hyvä luennoitsija toimisi tässä tilanteessa, mikä minä olen puhumaan näille ihmisille ja niin edelleen. Mikä on, se on. Minä olen, kuka olen. Tällainen olen tänään ja näillä mennään. Olen kuin se elokuvateatterin valkokangas, johon heijastettavasta elokuvasta ihmiset haltioituvat tai ovat haltioitumatta. Asian ydin on elokuva eikä valkokangas. Asian ydin on opettamani asia, en minä.

Tavoite antaa toiminnalle suunnan. Näyttelijä, teatteriohjaaja ja näyttämötyönopettaja Ville Sandqvist (2011) kiteytti pitämällään näyttelijäntyön kurssillaan Metropolian ammattikorkeakoulussa vuonna 2011 tavoitteen ja päämäärän merkityksen roolihahmolle seuraavalla esimerkillä: Jos roolihahmon tavoite on tulla rikkaaksi, tavoite ei saa olla pelkkä häilyvä ajatus, että olisi mukavaa olla rikas. Se pitää näkyä joka hetkessä koko ajan hahmon toiminnassa. Se ohjaa siis jatkuvasti hahmon tekemistä. Kun tämä kohtaa toisen hahmon, jolla on esimerkiksi arvokas kello, ensimmäinen ajatus on, että minun pitää saada tuo kello. Nyt toimintaa ohjaa kellon saaminen toiselta, jolloin tavoite muut-

tuu toiminnaksi. Tätä esimerkkiä olen käyttänyt valmennuksissa. Kellon saamisesta tulee sen hetkinen projekti, joka antaa selkeän tavoitteen ja sitä kautta toiminnalle suunnan. Työnhakuvalmennuksessa ei riitä tavoitteeksi ajatus, että pitäisi päästä töihin. Tavoite tulee konkretisoida, mihin töihin pitää päästä ja se pitää näkyä toiminnassa koko ajan. Tavoite on vasta silloin totta, kun se on muuttunut toiminnaksi. Työnhaku on todellista, kun se näkyy toiminnassa joka hetki.

8 Johtopäätelmiä

Toimintani pohjalla ryhmänohjaajana on ollut aina ajatus auttamisesta. Jotta auttaminen ja siinä käytetyt menetelmät olisivat tehokkaita, se vaatii näkemykseni mukaan jatkuvaa itsereflektointia sekä oman toiminnan kehittämistä. Ohjaajan ammattitaidon kehittäminen sekä uusien menetelmien opetteleminen ja vanhojen hiominen olivat tavoitteitani aloittaessani teatteri-ilmaisun ohjaajan opinnot. Ajatukseni oli jo opintojen alkuvaiheessa soveltaa, yhdistää ja toteuttaa periaatteessa kaikkea oppimaani työtehtävissäni. Tämän opinnäytetyön yksi tarkoitus on tuoda näkyväksi muutamia pieniä siivuja tästä prosessista. Tässä viimeisessä luvussa teen yhteenvetoa siitä, miten olen onnistunut tässä omasta näkökulmastani tarkasteltuna.

Toimittuani ohjaajana ja kouluttajana lähes 20 vuoden ajan olen tehnyt paljon yhteistyötä erilaisten virkailijoiden ja suurten laitosten edustajien kanssa. Itse olen ollut toteuttamassa ja todistamassa draamamenetelmien tuomaa oppimisen iloa sekä ajatusmallien muutosta, joka on johtanut uuteen konkreettiseen toimintaan. Oma työskenteleminen ohjaa sisäinen velvoite kehittää toimintamallejani jatkuvasti, jotta ihmisten auttaminen olisi laadukasta ja parasta mahdollista. Vaikka ohjauksen tulokset ja ohjattavien palaute ovat huippuluokkaa, voi periaatteessa yksi virkailija tietämättömyydessään pyyhkiä kaiken tyhjäksi. Alussa mainitsemani armon tie on usein koetuksella.

Kuten tässä opinnäytetyössä olen pyrkinyt tuomaan esille, kannatan voimakkaasti draamamenetelmien käyttämistä ja niiden hyödyntämistä kaikissa mahdollisissa yhteyksissä. Kokemukseni mukaan tämän ajatuksen eteen joudutaan kuitenkin tekemään jatkuvasti työtä. Tuntuu, että Platonin kehoitus taiteiden puolustamisesta osoittamalla niiden hyöty on edelleen voimissaan. Draamamenetelmien käyttäjä on tavallaan jatkuvan todistustaakan alla. Kokemukseni mukaan tämän on todistettava ja näytettävä väsymättä draamamenetelmien hyödyllisyyttä. Tältä pohjalta on tärkeää, että kyseisten

menetelmien käyttämisestä saadut tulokset saavat näkyvyyttä. Näkemykseni mukaan juuri näkyvyyden puuttuminen on usein ongelmana draaman kanssa työskenneltäessä. Draamatyöskentely jää joko keskinäiseksi hauskanpidoksi, joka ei johda eteenpäin tai jos johtaa, näistä saadut tulokset eivät tule riittävästi esille. Vaikka tämä opinnäytetyö tuskin saa laajaa julkisuutta, yksi tavoitteeni on myös tuoda esille, mitä tuleva teatteri-ilmaisun ohjaaja on pyrkinyt saavuttamaan näillä menetelmillä. Kuten edellä totesin, paras tapa auttaa ihmisiä ammattimaisesti on kehittää omia taitojaan auttajan tehtävässä. Tästä johtuen tarkastelun päähuomio tässä työssä on ollut oman ohjaajuuden kehittyminen ja sen muutokset.

Perustavoitteeni saada teatteri-ilmaisun ohjaaja -koulutuksen kautta uusia työvälineitä ja soveltaa niitä kouluttajan työtehtävässä toteutui näkemykseni mukaan odotetusti. Opiskeluni aikana olen päässyt itse kokeilemaan erilaisia mahdollisuuksia soveltanut niistä oman näkemykseni mukaan sopivia harjoituksia valmennuskursseille. Näiden kokonaisuuksien kautta monet näkökulmani ovat muuttuneet ja tuoneet ohjaajuuteeni ennen kaikkea toiminnallisella tasolla pysyviä muutoksia. Seuraavaksi käydään läpi, mitä tähän opinnäytetyöhön liittyvät prosessit ovat tuoneet itselleni ohjaajana.

8.1 Prosessidraaman tuomat muutokset

Ilman opintojani Metropolian ammattikorkeakoulussa ei yhdelläkään Elämäsi kuntoon -valmennuksella olisi toteutettu Itaca de Mar prosessidraama -kokonaisuutta eikä todennäköisesti prosessidraamaa lainkaan. Nyt kymmenet ihmiset ovat saaneet mahdollisuuden päästä kokeilemaan ja kokemaan prosessidraaman tapaa käsitellä asioita kyseisillä valmennuksilla. Itse ohjaajana olen saanut näkemykseni mukaan tätä kautta mahdollisuuden nähdä ohjattavissa luovuutta, joka ei muuten olisi tullut esille. Se on tuonut ihmisistä esiin piirteitä, jotka ovat auttaneet itseäni näkemään heidät laajemmasta näkökulmasta. Esille on tullut ammatinvalinnan kannalta merkittäviä ominaisuuksia, kuten esimerkiksi sanavalmius, ongelmaratkaisukyky, tiimityöskentelytaidot johtajaluonne ja niin edelleen. Olen havainnut sen, että ihmiset ovat tunnistaneet näitä piirteitä itsessään vasta prosessidraaman kautta. On saavutettu konkreettista hyötyä myös ammatinvalintaan.

Prosessidraamatilanteet ovat tuoneet itselleni mahdollisuuksia toimia yhdessä ohjattavien kanssa draamasopimuksen myötä tasavertaisesti ja sillä hetkellä irti johtajan roolista. Draamaprosessit ovat kokemukseni mukaan onnistuneet muuttamaan ihmisten

minäkuvaa ja tätä kautta antaneet suunnitelmille sekä toiminnalle uuden suunnan. Olen havainnut myös, että prosessidraaman yhteydessä sellaiset ihmiset, jotka muuten jäävät ryhmässä sivullisiksi tarkkailijoiksi, ovatkin nousseet merkittäviksi tekijöiksi ja tuoneet äänensä kuuluviin. Lisäksi näkemykseni prosessidraaman hyödyllisyydestä ja sopivuudesta kaiken ikäisille ihmisille on vahvistunut tässä yhteydessä. Siinä on myös omat haasteensa. Suurin osa kyseisistä osallistujista ei ole ollut koskaan tekemisissä draamamenetelmien kanssa eikä aikuisina välttämättä lähdetä leikkiin mukaan kuten lapsina. Tässä auttaa kokemukseni mukaan aikaisemmin mainitsemani ”näillä mennään” asenne. Ohjaajan tulee hyväksyä jokaisen osallistujan suhtautuminen eikä asettaa omia odotuksiaan siitä, kuinka prosessin pitäisi mennä. Ohjaaja ei suunnittele vaan valmistautuu ottamaan vastaan kaiken ja pyrkii hyödyntämään nämä voimavaroin.

Olen ollut todistamassa, kuinka prosessidraama muuttaa selittämisen tekemiseksi ja kokemiseksi. Se tuo uusia näkökulmia sekä valmistelee todellisten valintojen tekemiseen. Selkein käytännön muutokseni ohjaajana on se, että nyt pyrin liittämään prosessidraamaa ohjaustilanteisiini aina, kun siihen on olemassa pienikin mahdollisuus.

8.2 Rituaalien tuomat muutokset

Rituaali- ja liminaalijatus toi selkeän muutoksen omaan suhtautumiseeni Elämäsi Kuntoon -valmennukseen. Tämän myötä itselleni konkretisoitui näkemys valmennuksesta nimenomaan välivaiheena eli liminaalitulana. Ilman rituaaleihin tutustumista en olisi osannut tehdä näkyviksi niitä hetkiä, jotka konkretisoivat muutoksen alun. Usein sanotaan, että työttömän elämästä puuttuu rutiinit. Rituaalien myötä oivalsin, että pitkäaikaistyöttömän elämästä puuttuu nimenomaan rituaalit. Näkökulmani ohjaajana on siis muuttunut tässäkin suhteessa. Nyt ohjaajana näen, mikä merkitys muutoksen portaiden merkitsemisellä ja näkyväksi tekemisellä on. Tästä eteenpäin pyrin havainnoimaan nämä tilanteet tarkasti ja tekemään niistä näkyviä.

8.3 Aristoteelisen dramaturgian tuomat muutokset

Aristoteelisen dramaturgian huomattava vaikutus länsimaisessa tarinankerronnassa edelleen tänä päivänä selvisi itselleni oikeastaan opintojemme myötä syksyllä 2009. Yhdistämällä tämän työnhaun asiakirjojen laatimiseen, muutti se oman näkemykseni mukaan tämänkin prosessin. Sain itse uuden näkökulman työnhakuun ja tämän myötä

oivalsin tarinankerronnan merkityksen myös kaikessa vuorovaikutuksessamme. Aristoteellinen dramaturgia toi itselleni oivan välineen työnhaun kehittämiseen. Se vahvisti myös tarinankerronnan elementtejä ja kokonaisuuksien näkemistä tarinoina ohjaajuudessaani. Luotan entistä enemmän tarinoiden voimaan ohjaustilanteissa sekä näen jokaisen hetken tarinan kirjoittamisena. Kirjoitamme ohjattavieni kanssa tarinoita ja meillä on langat käsissämme. Painotan ihmisille yksilövalmentajana Peavyä (2004) mukaillen, että pelkän ammattialan pohtimisen sijasta tulisi miettiä, minkälaista elämää haluaa elää? Toisin sanoen, minkälaisen tarinan haluaa kirjoittaa?

8.4 Näyttelijäntyön ja hahmometodin tuomat muutokset

Näyttelijäntyön opinnoista ohjaajuuden näkökulmasta merkittäväksi nousi itselleni läsnäolon harjoittelu. Kuten totean kuudennessa luvussa, tämä kiteytyy näkemykseni mukaan ilmaisuun ”näytellä näyttelemättä”. Tämä ilmaisu yhdistyy itselleni ohjaamiseen, jolloin voidaan sanoa: ”Ohjaaminen ohjaamatta”. Kyseessä on puhdas ja pelkistetty keskittyminen hetkeen. Harjoitusten ja opetuksen lisäksi tähän toi merkittävän lisän tutustuminen *Näkymätön näyttelijä* -teokseen. Kokonaisuutta täydensi Tuuja Jänicken luennot Hahmometodista Metropolia ammattikorkeakoulussa vuonna 2010. Näistä kaikista muodostui, kuten aikaisemmin totesin, yksi viime aikojen suurimmista oivalluksistani: Mikä on, se on. Tämän sisäistämistä ja muutosta itsessäni ohjaajana kuvaa näkemykseni mukaan osuvasti viimeiseltä Elämäsi kuntoon -valmennukselta saamani palaute. Eräs opiskelija kertoi oma-aloitteisesti kenenkään tai minkään johdattelematta: ”Pidän tyylistäsi opettaa. Tavallaan et opeta mitään, mutta silti opetat joka hetki”.

8.5 Ainoa pysyvä on muutos

Elämäsi kuntoon -valmennukset ovat olleet Katja Noponen Oy:n ja Espoon työvoiman palvelukeskuksen yhteistyötä. Nyt nämä valmennukset ovat historiaa. Työvoimahallinto teki linjauksen, että käytännössä kaikki valmentavat koulutukset lopetetaan ja työvoimakoulutukset koostuvat jatkossa ainoastaan ammatillisista koulutuksista. Vastaavalaista pidempää jokapäiväistä kokonaisvaltaisen oppimisen mahdollisuutta aikuisväestölle ei tällä hetkellä ole.

Teatteri-ilmaisun ohjaajan perustehtävä on näkemykseni mukaan viedä draamatyöskentelyn menetelmiä kaikenlaisten ihmisten arkeen. Se on jatkuvaa luomista ja soveltamista. Ainoa pysyvä on muutos. Toimin nyt ammatillisen kuntoutuksen uravalmentajana. Nyt haasteenani on kehittää ja soveltaa oppimaani yksilötyöskentelyssä. Aristoteellinen dramaturgia ja työhakemuksen laatiminen toimivat sellaisenaan tässäkin yhteydessä, tosin ilman luentoja. Olen rakentanut Sankarin myyttisestä matkasta yksilötyöhön sopivaa kokonaisuutta. Tämä prosessi on vielä kesken. Hahmomenetelmästä on paljon apua yksilötapaamisissa: Tällainen valmentaja, tuollainen valmennettava ja tällainen päivä. Näillä mennään.

Koska tarinankerronta kuuluu olennaisena osana omiin ohjaamistilanteisiini ja kun se on voimistunut opiskeluni myötä entisestään, näkemykseni mukaan on perusteltua, että päätän tämän työn tarinaan. Ratkaisukeskeisen menetelmän työpajaluennolla taide- ja mediapajaohjaajille vuonna 1996 sosiaalipsykologi Tapani Ahola kertoi tarinan intiaaniheimon työstä. Tässä tarina lyhennettynä ja sellaisena kuin sen itse muistan. Kyseinen heimo sai elantonsa savitöistä. Tyttö ei halunnut opetella tätä taitoa eikä mitään muutaakaan. Intiaaniheimolla oli tällaiselle henkilölle oma nimitys, jota vastaisi huonolla suomennoksella sana ”saamaton”. Heimossa pohdittiin, mitä pitäisi tehdä. Päätettiin lähettää tyttö eri tahojen luokse oppimaan erilaisia asioita. Tämän jälkeen työstä tuli uskomattoman hyvä savitöiden tekijä. Tässä vaiheessa meistä suurin osa ajattelisi, että tilanne on ratkaistu. Heimon mielestä tyttö oli edelleen ”saamaton”, kunnes hän oppi opettamaan omia taitojaan. Kun hän osasi jakaa osaamisensa toisille, oli tilanne ratkaistu.

Tähän kiteytyy näkemykseni mukaan myös teatteri-ilmaisun ohjaajan perustehtävä. Ei riitä, että opintojen aikana on opittu erilaisia taitoja ja saatu uutta tietoa. Siinä vaiheessa, kun osaa soveltaa taitojaan erilaisten ihmisten kanssa heidän arjessaan, teatteri-ilmaisun ohjaaja on lunastanut nimikkeensä. Teatteri-ilmaisun ohjaaja on ohjaaja, joka osaa jakaa draaman loistetta.

Lähteet

Backman Idalotta 2011. Luentorunkomoniste Ritualisointi -luentoon. Metropolia ammatikorkeakoulu 6/2011.

Backman, Idalotta 2011: Through the gate – with intention. Backmanin koostama kurssimateriaali pohjautuen hänen lisensiaattityöhönsä: Sharing WITH rather than performing FOR, 2003. Teatterikorkeakoulu.

Bowell, Pamela & Heap Brian 2008. Prosessidraama, Polkuja opettamiseen ja oppimiseen. Helsinki. Tmi Raija Airaksinen, Draamatyö.

Bucay, Jorge 2007. Parantavat tarinat. Helsinki. Otava.

Campbell, Joseph 1993. The Hero with a Thousand Faces. Lontoo. Fontana Press.

Grotowski, Jerzy 1993. Hän ei ollut kokonainen. Helsinki. Painatuskeskus Oy.

Hakkarainen, Pentti 2008. Esipuhe käänökseen. Bowell & Heap. Prosessidraama, polkuja opettamiseen ja oppimiseen. Helsinki. Tmi Raija Airaksinen, Draamatyö.

Hiltunen, Ari 1999. Aristoteles Hollywoodissa: Menestystarinan anatomia. Helsinki: Gaudeamus.

Helsingin yliopisto 2014. http://www.helsinki.fi/yliopistonhistoria/oivallukset/6_oivallus.htm. (Luettu 10/2014).

Hotinen, Jukka-Pekka 2001. Draaman analyysistä ihmettelevään ja performatiiviseen lukemiseen. Pari skeemaa uudesta dramaturgiasta. Reitala & Heinonen (toim.) 2001. Dramaturgioita Näkökulmia draamateoria, dramaturgian ja draama-analyysin ongelmiin. Helsinki Palmenia-kustannus. 202.

Johnsone Keith 1996. Impro. Improvisoinnista iloa elämään ja esiintymiseen. Helsinki. Yliopistopaino.

Kantonen, Pekka 2001. Ehdottomuus elämäntapana. Turkkalaisen lastentarhan kasvatussoppi. Teatteri-lehti no. 7.

Katja Noponen Oy 2014. www.katjanoponen.fi. (Luettu 10/2014).

Laotse 1986. Tao te Ching. Helsinki. Tammi.

Lehtonen, Jaakko & Lintunen, Jarmo 1997 toinen muuttumaton painos. Draama. Elämys. Kokemus. Jyväskylä. Jyväskylän yliopiston opettajankoulutuslaitos, Jyväskylän yliopiston täydennyskoulutuskeskus.

Mannila, Laura & Maanila, Janne 2009. Kehopsykoterapian ja esittävän taiteen risteyksessä. Helsinki. Suomen Luonneanalyttinen Vegetoterapiayhdistys ry.

McLeish, Kenneth 1998. Suuret filosofit. Salmela & Loukola & Latikka & Kuuranne (toim.) 2000 kuudes painos. Aristoteles. Aristoteleen runousoppi 1998. Helsinki. Otava.

Niemistö, Raimo 2004. Ryhmän luovuus ja kehitysehdot. 6. muuttamaton painos. Tampere. Helsingin yliopisto, Koulutus- ja kehittämiskeskus Palmenia, Palmenia-kustannus.

Oida, Yoshi & Lorna Marshall 2004. Näkymätön näyttelijä. Helsinki. Like.

Owens, Allan & Barber, Keith 1997. Draama toimii. Helsinki: JB-kustannus.

Peavy, R. Vance. Sosiodynaaminen näkökulma ja ohjauksen käytäntö. Onnismaa, Jussi & Pasanen, Heikki &, Spangar, Timo (toim.) 2004. Ohjaus ammattina ja tieteenalana 3 ohjaustyön välineet. Jyväskylä. PS-kustannus. 17, 19, 20

Piekkari, Jouni & Backman Idalotta 2010. Proces drama on social work in Catalunya Itaca De Mar. Luentorunkomoniste Metropolia Amk:n prosessidraama-kurssille.

Pirsig, Robert 1992. Lila-tutkimusmatka moraalien maailmaan. Helsinki, Porvoo, Juva. WSOY.

Pirsig, Robert. 1974. Zen ja moottoripyörän kunnossapito. Kahdeksas painos 2004. Juva. WS Bookwell Oy

Reitala & Heinonen (toim.) 2001. Dramaturgioita Näkökulmia draamateoria, dramaturgian ja draama-analyysin ongelmiin. Helsinki Palmenia-kustannus.

Sandqvist, Ville 2011. Näyttelijäntyylin kurssi. Metropolia ammattikorkeakoulu.

Selänniemi Tom 1999. Moderni turisti ja klassinen rituaaliteoria. Kulttuurin muuttuvat kasvot. Johdatusta etnologiatieteisiin. Lönnqvist & Kiuru & Uusitalo (toim.).Helsinki. SKS

Sihvola, Juha 1997. Selitykset Aristoteles IX Retoriikka. Runousoppi. Suomentanut Paavo Hotti. Helsinki. Gaudeamus. 234–236.

Smeds, Kristian 2009. Esityksen ohjaaminen -luento. Metropolia ammattikorkeakoulu.

Suzuki, Shunryu 1995. Zen mieli, aloittelijan mieli. Helsinki. Unio Mystica.

Suzuki, Shunryu 2003. Not always so. Practicing the True Spirit of Zen. New York. HarperCollins Publishers.

The Tree of Life. 2011. Terrence Malick. USA. Cottonwood Pictures. 2 h 18 min.

Tuisku, Hannu 2011. Ek-staattiset tilat näyttelijän pedagogisessa prosessissa. Silde, Marja (toim.) 2011 Nykynäyttelijän taide. Horjutuksia ja siirtymiä. Jyväskylä. Maahenki Oy.

Turner, Victor 2007 (alkuteos 1969). Rituaali. Helsinki. Kustannusosakeyhtiö Summa.

Tynjälä, Päivi: 1999. Oppiminen tiedon rakentamisena: Konstruktivistisen oppimiskäsitteksen perusteita. Helsinki: Kirjayhtymä.

Uusitorppa, Harri 2004. Enää Tom Waits ei katso taakseen. Helsingin Sanomat. 17.10.2004

VirtuaaliAMK 2014. www2.amk.fi/digma.fi/www.amk.fi. (Luettu 10/2014)

Wikipedia 2014. wikipedia.org/wiki/Vladimir_Propp. (Luettu 10/2014)

TEATTERIMANIFESTI

Timo Michelsson 5.5.2011

"Taiteilija ei tee sitä, mitä haluaa, vaan sitä, mitä sen täytyy tehdä" -Jari Halonen-

Taiteesta löytyy voimaa yhteisön identiteetin rakentajaksi ja maailman muuttajaksi. Ainoa pysyvä on muutos. Se, mikä kuullaan, unohdetaan. Se, mikä nähdään, saate-taan muistaa mutta se, mikä koetaan, opitaan. Jatkuva oppiminen on ihmisenä kasva-misen perusta. Ihmisenä kasvaminen pitäisi olla jokaisen päämäärä.

Aloittelijan mielessä ei ole ajatusta: "Olen saavuttanut jotakin". Kaikki itsekeskeiset ajatukset rajoittavat laajaa mieltämme. Olemme todellisia aloittelijoita, kun emme ajattele lainkaan saavuttamista emmekä itseämme. Silloin voimme todella oppia jotakin. -Shunryu Suzuki-

Elämä on jatkuvaa kamppailua paremman huomisen puolesta. Parempaa huomista ei tule ilman tämän päivän oppimista. Jotta opimme, meidän tulee siis kokea. Parhaan mahdollisuuden tähän tarjoaa teatteri.

Ajatuksesta ei ole hyvä aloittaa. Kuva on parempi lähtökohta, mutta paras on epämääräinen, kutkuttava tunne. Se saa ihmisen valtaansa myös fyysisesti ja alkaa tanssittaa häntä -Les Murray-

Teatteri on tanssia. Teatteri on tunteita. Teatteri on totta. Puhuvat päät kuuluvat radi-oon. Hiljaisuus voi puhutella enemmän kuin sanat. Tunteet puhuttelevat jokaista. Näyt-tämö on japanin kielellä paikka tanssille. Kun esiintyjä astuu lavalle, tila alkaa elää, tanssiva ruumis alkaa tanssia, toteaa Yoshi Oida. Teatterin tehtävä on saada ihmiset valtaansa ja alkaa tanssittamaan heitä.

Teatterin perustehtävä on viedä ihmiset uudelle polulle, jolta ei ole paluuta entiseen. Point of no return. Elämme jatkuvasti sankarin myyttistä matkaa. Tärkeämpää on mat-ka, ei päämäärä. Tärkeää on tehdä teatteria. Tekeminen on tärkeää. Tehdä, kokea ja elää teatteria ja katsoa mihin se vie. Hypätä tuntemattomaan ja luottaa, että kaaokses-ta seuraa järjestys. Tyhjä mieli, joka on valmistautunut kaikkeen. Ei suunnitellut, vaan valmistautunut. Tilanteet muuttuvat, suunnitelmat menevät uusiksi eikä tulevaisuus ole sitä, mitä se oli ennen. Selviytymisen keino on valmistautuminen. Valmistautumiseen

liitetään usein ajatus, että sen jälkeen tuleva on tärkeämpää. Näin ei ole. Kaikki liittyy kaikkeen. Valmistautuminen on matka ja matka on vähintään yhtä tärkeä kuin päämäärä. Parhaan apuvälineen valmistautumiseen tarjoaa teatteri.

Tavallaan kaikki on harjoittelemista. Kaikki tekemisemme valmistelee meitä johonkin, mutta tämä jokin ei ole sen tärkeämpää kuin valmisteleminen ja valmistautuminen. Jousella ampuminen maalitauluun ei eroa kahden metrin päässä olevaan heinäpaaliin ampumisesta. Teko on tärkein.

Aloittelijan mieli on täynnä mahdollisuuksia, asiantuntijan mielessä niitä on vähän. Aloittelijan mielen säilyttäminen on päämäärä.

Teatteri on aloittelijan matka tuntemattomalle polulle, jolta ei ole paluuta, mutta joka johtaa pysyvään muutokseen.